علم النفس ایک باقاعدہ علم ہے
اس علم کے انسانی زندگی کے ماضی حال اور مستقبل پر اثرات کے حوالے ایک تحقیق
علم النفس
مؤلفہ : الحاج مولانا محمود علی صاحبؒ شفق رامپوری
نظرثانی : حکیم محمد عمران اعظم ہمدانی
ادارہ روحانی عالم لاہور
مکتبہ دانیال

بسم اللہ الرحمٰن الرحیم!

علم النفس

مؤلفہ

الحاج مولانا محمود علیؒ صاحب شفق رامپوری

نظرِ ثانی: حکیم محمد عمران اعظم ہمدانی

ادارہ روحانی عالم لاہور

با اہتمام

مکتبہ دانیال، لاہور

سیل پوائنٹ

شیخ محمد بشیر اینڈ سنز

اردو بازار، لاہور۔ فون: 7660736

محمد ابوبکر صدیق
نے
ندیم یونس پرنٹرز، لاہور سے چھپوا کر
مکتبہ دانیال
سے شائع کی۔

با اہتمام

مکتبہ دانیال
اردو بازار لاہور
موبائل:0333-4276640
email:maktabahdaneyal@hotmail.com

فہرست

بسم اللہ الرحمٰن الرحیم

در رغرر ستائش و سپاس نثار بارگاہ عالم الغیب والشہادۃ کہ علوم علمائے فضیلت شعار درازائے علم بے پایائش قطرہ موہوم است بمقابلہ ہفت قلزم بلکہ ازیں ہم کمتر و جواہر حمد و ثنا فدائے درگاہ انی اعلم مالا تعلمون کہ فنون حکمائے اولولی الابصار جب حکمت بے منتہائش ذرہ مظنون است بہ پیش ربع مسکوں۔ بلکہ ازیں ہم خردتر" مبتدعے کہ جسد خاکی مخلوقات را بہ شعشۂ انوار ونفخت فیہ من روحی منور ساختہ مخترعے کہ ہیولائے نفوس موجودات را بہ لمعہ اسرار خلق الانسان علمہ البیان مزین نمودہ تعالیٰ شانہ عن ادراک ذوی الافہام و حکمتہ الاعلام جل جلالہ۔ و نفس نفس صلوٰۃ الزاکیات الطیبات بروح مقدس و مطہر و منور و معطر کہ معلم قدس سینہ بے کینہ اش را نجر انہ الم نشرح لک صدرک مخزون و مختوم ساختہ و استاد لم یزل در مکتب ازل دن بے غلش را بجواہر علمک مالم تکن تعلم مشحون و مکتوم کردہ تقدس ذاتہ عن تحریر الاقلام و تفہیم الانام اعظم صفاتہ و علی الہ الطاہرین واصحابہ المکرمین واتباعہ اجمعین برحمتک یا ارحم الراحمین۔

امابعد سرگشتہ کوئے جہالت و گم کردہ بیاباں بطالت شفق بے بضاعت ابجد خوان دفین علم و حکمت کو کیا طاقت کہ علم النفس کی توضیح و تشریح کر سکے۔ نفس ایک جوہر شریف اور صفت لطیف ہے۔ جس کی اہمیت اور لطافت من عرف نفسہ فقد عرف ربہ سے واضح اور لائح ہے۔ علمائے متین اور اولیائے کاملین بھی اسی بحر زخار اور دریائے ناپیدا کنار کے ساحل تک نہ پہنچ سکے۔ پھر کہاں میں اور کہاں یہ علم عظیم المرتبت!

"مرا منہ ہے کہ میں جانوں یہ سرکاروں کی باتیں ہیں"

لیکن ۱۹۳۲ء سے ۱۹۴۲ء تک میں اپنے رسالے حال روحانی عالم سابق روحانی دنیا میں ہر مہینہ علم النفس پر حسب حوصلہ و علم بحث کرتا رہا ہوں۔ ان تمام مضامین پریشان درخشاں کو ملک نظم و ترتیب میں منسلک اور منتظم کر دیا تا کہ شائقین علم النفس کو پاشاں اور افشاں مضامین مجموعی حالت اور صورت میں مل سکیں اور اس طرح فہم و ادرک سے قریب ہو سکیں۔

اس سے قبل بعض چھوٹے چھوٹے رسالے اس علم پر ضرور دیکھے گئے۔ لیکن کوئی مبسوط اور مشرح کتاب "علم النفس" پر میری نظر سے نہیں گزری۔ عالمان ہنود اس علم کو سر دوھا کہتے ہیں اور

یہ علم ان کی کتابوں میں قدیم سے چلا آتا ہے۔ لیکن جب نفس قدیم ہے (اس سے مراد وہ قدیم نہیں جو حادث کے مقابلہ پر ہے) تو اس کا علم بھی قدیم ہے۔ مسلمانوں نے جہاں دنیا بھر کے علوم میں حق تحقیق و تدقیق ادا کیا وہاں علم النفس بھی ان کے قلم اعجاز رقم کا ممنون مرہون ہے اور مسلمانوں کی وقاری و نقادی اسی مختصر رسالے سے آپ معلوم کر سکتے ہیں۔ باجود کہ اسلام کی تحقیق کے مقابلہ میں یہ رسالہ ایک ذرہ ہے ریگستان ناپیدا کنار کا اور ایک قطرہ ہے دریائے ذخار کا لیکن اس جامعیت اور خصوصیت کے ساتھ علم النفس پر کوئی بھی اپنے یہاں کی کتاب پیش نہیں کر سکتا۔ دنیا کا کتب خانہ اس علم پر اس جامعیت سے خالی نظر آئے گا۔ مجھے امید ہے کہ تشنگان چشمہ علم علم النفس اس ساغر کیف افزا سے سیر آب ہو سکیں گے۔

خوشتہ بماند سیہ بر سپید　　نویسندہ را نیست فردا امید

یہ کتاب اس وقت بھی کسی کے زیر نظر ہو گی جب شفق خاک میں معدوم ہو چکا ہو گا۔

اے ناظرین! اے اس کتاب کے مطالعہ کرنے والے اللہ کے واسطے شفق کے لئے دعائے مغفرت کر اور اس کی گناہ آلودہ روح کو تحفہ دعا سے شاد کر۔ اللہ تعالیٰ تیری بھی مغفرت کرے۔ آمین!

بداں اسعدک اللہ تعالیٰ فی الدارین نفس بفتحہ نون و سکون فا یا نفس بفتحتین قدرت کا ایسا سربستہ راز ہے جو آج تک حل نہ ہو سکا۔ نفس کا دوسرا نام روح ہے۔ جس کی ماہیت اور حقیقت ازل سے ابد تک محجوب و مستور رہیں گی۔ خلاق روح والجسد نے قل الروح من امر ربی کا حکم واجب الانقیاد جاری فرما کر لسان و اذہان پر مہر کر دی اور آئندہ بحث و تمحیص کا دروازہ بند کر دیا۔ نفس بفتحتین لغت میں بمعنی دم آیا ہے اور وہ جذب کرنا ہے نسیم کا ناک یا منہ کے ذریعہ سے اور بفتحہ نون و سکون فا بمعنی روح و جان و حقیقت ہر شے صاحب قاموس و صراح نے بمعنی خون بھی لکھا ہے۔

اور صاحب چراغ ہدایت نے بمعنی آلت تناسل بھی مستعمل ہونا ثابت کیا ہے۔ (مجھے اس سے اتفاق نہیں) غرض کہ لغات میں مختلف تشریح کی گئی ہے۔ لیکن اسے روح کہیے یا جان یا سانس یا خون سوال یہ ہے کہ آخر یہ کیا ہے؟ یہ تو ظاہر ہے کہ انسانی زیست کا دار و مدار اسی آمد و شد اور بسط و

قبض پر ہے۔ ''حکما کا قول ہے کہ یہ ایک جوہر بسیط ہے کہ بذاتہ ادراک معقولات کرتا ہے۔ لیکن اس نکتہ پر محققین کا اختلاف ہے کہ وہ جسم ہے یا جسمانی یہ تفصیلات اور تاویلات بہت ہی طویل ہیں۔ چونکہ میرا موضوع اور مطلب ادراک نفس سے نہیں بلکہ اثرات نفس سے ہے۔ اس لئے میں اس بحث کو نظر انداز کرتا ہوں۔ اور اس لئے کہ حکماء کی باہمی گفت وشنید صرف زود طبیعت ہے۔ ورنہ در حقیقت روح کی تمام بحث دفتر بے معنی ہے اور ''ایں دفتر بے معنی غرق مے ناب اولے'' مختصر یہ ہے کہ نفس ایک جوہر بسیط ہے جو تمام حصہ جسم میں طاری وساری ہے۔ حسب احکام شریعت اس کا نام روح اور موافق اصطلاح حکماء اس کا نام نفس ہے اور جس طرح جسم اور جسمانی کی بحث مانند شب فراق طولانی ہے۔ اسی طرح امر اور خلق کا اختلاف سلسلہ امید کی طرح ناقابل قطع ہے۔ لیکن شریعت نے اسے امر ہی قرار دیا ہے۔'' قل الروح من امر ربی ارباب تصوف نے نفس کو سات قسم پر تقسیم کیا ہے۔ وھذا تقسیم النفوس سبعه اول نفس امارہ' عالم شہادت سے اس کا تعلق ہے۔ خواہشات اور نفسیات کی انگیخت اس سے متعلق ہے۔ مکروہات اور معصیات کا منبع اور منہیات وسیئات کا سرچشمہ ہے اس کا محل صدر ہے یعنی سینہ میں اس کا قیام ہے۔ منکرات وخواہشات اس کی واقعیت ہے۔ ان النفس الامارہ یحکم بالسوء اجسام پر وارد ہوتا ہے۔ اس کا رنگ نیلگوں سرخی مائل ہے۔ ستارہ مریخ سے اس کا تعلق ہے اس کی جہت غیر اللہ ہے۔ دوم نفس لوامہ' عالم برزخ سے اس کا تعلق ہے اور محل خطور دل ہے۔ محبت ومودت رحم وشفقت اس کی طینت ہے۔ طریقت پر دال ہوتا ہے۔ رنگ اس کا زرد ہے اس کی جہت للہ ہے اس کا تعلق قمر سے ہے۔ سوئم نفس الملهه عالم ارواح سے اس کا تعلق ہے۔ اس کا منظر علے اللہ ہے مقام اور سکونت روح ہے اس کی خواہش عشق ہے۔ عشق کے چشمے اس منبع سے پھوٹتے ہیں۔ معرفت پر وارد ہوتا ہے اس کا رنگ سرخ ہے۔ شمس سے اس کا تعلق ہے۔ چہارم نفس المطمئنة ہے۔ قرآن پاک میں اسے خاص انداز سے مخاطب کیا گیا ہے۔ یایتھا النفس المطمئنة ارجعی الی ربک راضیة مرضیه اس کی تفریح گاہ مع اللہ ہے عالم حقیقت سے اس کا تعلق ہے اس کا نام سر بہ تشدید را ہے۔ اس کی تمنا وصل ہے۔ حقیقت پر وارد ہوتا ہے۔ اس کا رنگ سفید ہے زہرہ سے اس کا تعلق ہے۔ پنجم نفس الراضیه اس کی جست فی اللہ ہے

عالم لاہوت سے اس کا تعلق ہے۔ اس کا محل سر السر ہے۔ اس کی خواہش فنا ہے۔ ماورائے حقیقت کا ادراک کرتا ہے اس کا نور سبز ہے۔ ستارہ مشتری سے منسوب ہے۔ ششم نفس المرضیته اس کی جولانگاہ عن اللہ ہے۔ عالم ذات سے اسے نسبت ہے۔ اس کا محل انعقاد سویدائے دل ہے۔ اس کی فطرت حیرت ہے کنہ ذات کا ادراک کرتا ہے۔ اس کا رنگ سیاہ ہے۔ اس لئے کہ ذات پردہ حیرت ہی میں پوشیدہ ہے۔ ستارہ زحل سے اس کا تعلق ہے۔ ہفتم نفس الکاملہ ہے اس کی تگہ پو تعارف باللہ ہے۔ اور اسی طرف اشارہ من عرف نفسه فقد عرف ربه کا عالم وحدت سے اس کا تعلق ہے۔ اس کی فطرت بقا ہے۔ (اسی لئے حضور علیہ السلام کو حیات النبی تسلیم کیا گیا ہے) مگر اس کا نور معین نہیں۔ وحدت میں کثرت اور کثرت میں وحدت کا رنگ اختیار کرتا ہے۔ اور ماکان ومایکون سے بحث کرتا ہوا سب پر چھا جاتا ہے۔ شب معراج میں جب حضور علیہ السلام خلوت خانہ خاص مسند و کان قاب قوسین پر جلوہ فرما تھے۔

بخشش امت کی بحث وہاں بھی جاری تھی۔ یہ وحدت میں کثرت کا تراشا ہے اور نفس الکاملہ کا اثر تھا اور اس کا محل ومقام بھی معین نہیں جیسا کہ حضور علیہ السلام کے خصائص میں ہے کہ ایک وقت فضہ (حضور علیہ السلام کی لونڈی کا نام) اور حضرت زینب کی طرف متوجہ ہو جاتے تھے۔ حضرت بلال رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے تکلم فرماتے تھے۔ اس نفس ہفتمین کا تعلق عطارد سے ہے۔ اس تقسیم سے آپ کو معلوم ہو گیا کہ نفس کی سات قسمیں ہیں اور سبعہ سیارگان سے اس کا تعلق ہے۔ جن اصحاب نے علم النفس کو صرف دو ستاروں (شمس وقمری پر ختم کر دیا ہے۔ عدم تفکر و تبحر کی دلیل ہے۔ ان کی چشم ظاہر بیں نے ناک کے دو نتھنوں کا اعتبار کرتے ہوئے دو ستاروں سے ہی منسوب کر کے اس علم کو ختم کر دیا حالانکہ یہ نظریہ غلط ہے) اور میں آئندہ چل کر اس پر مفصل بحث کروں گا۔ اس تقسیم نے اس بحث کا دروازہ کھول دیا کہ آیا یہ تقسیم بحیثیت ذات ہے یا باعتبار صفات یعنی کیا نفس باعتبار ذات واحد ہے۔ اور باعتبار صفت منقسم ہے۔ یا اس تقسیم کے ساتھ ذات اور حقیقت بھی منقسم اور متغائر ہو جاتی ہے۔ ارسطو کی تحقیق یہ ہے کہ نفس باعتبار صفات منقسم ہے اور بحیثیت ذات واحد ہے اور اکثر حکماء نے ارسطو کی تتبع کرتے ہوئے نفس کو باعتبار ذات واحد اور باعتبار صفت منقسم تسلیم کیا ہے۔ لیکن افلاطون بقراط جالینوس کی تحقیق ہے کہ یہ تقسیم

باعتبار صفات نہیں بلکہ باعتبار ذات ہے یعنی یہ اقسام ہی بجائے خود ذات ہیں اور ایک جماعت محققینؒ اور متکلمین کی ان کی بھی ہمنوا ہے لیکن میں ارسطو کی تحقیق کو ہی معتبر مانتا ہوں۔ مشاہدہ شاہد ہے کہ ایک انسان میں وقتاً فوقتاً تغیر و تبدل ہوتا رہتا ہے۔ ایک انسان کبھی نیک ہے کبھی بد' کبھی رنجیدہ ہے کبھی خوش' اگر نفس کا باختیار ذات تقسیم ہونا مان لیا جائے تو پھر تغیرات و انقلابات کا تسلیم کرنا محال ہو جائے گا اور تغیرات کا انکار بدیہیات کا انکار ہے۔ کما لا یخفی علی طبع السلیم ہاں یہ توجیہہ ہوسکتی ہے کہ ایک انسان میں نفوس کا تبادلہ ہوتا رہتا ہے مگر اس کی رکاکت اہل نظر پر پوشیدہ نہیں۔ فطرت اور طینت مبدل نہیں ہوتی تعلیم و تعلم یا کسی دوسرے ذرائع سے حقیقت اشیاء تبدیل نہیں ہوتی۔ اس بنا پر ایک جماعت نے کیمیا کے وجود سے انکار کر دیا ہے۔ کیونکہ تبدیل حقیقت ممتنع ہے۔ البتہ صفات متغیر ہوتے ہیں۔ اور یہ نظریہ محتاج دلیل نہیں کہ تعلیم و تعلم سے نفس کی اصلاح ہو جاتی ہے۔ وہ ادنیٰ سے اعلیٰ اور اعلیٰ سے ادنیٰ کی طرف مائل ہوتا رہتا ہے۔ اگر تقسیم ذاتی مان لی جائے تو پھر تغیر و تبدل محال ہو جائیں گا اور قطع نظر دوسرے شعبوں کے شریعت میں بڑی الجھنیں پیدا ہو جائیں گی اور یہ ہی وہ بحث ہے جس نے جبریہ اور قدریہ فرقوں کو پیدا کیا اور یہ ہی مسئلہ جزا و سزا کا منبع و مطلع ہے اور یہ ہی فرع ہے تقدیر و تدبیر کی قرآن پاک میں بھی متضاد آیات اس سے متعلق مانی جاتی ہیں اور جبر و اختیار کی بحث آج تک غیر مختتم ہے۔ یہ سب تقسیم ذاتی اور صفاتی کا ہی جھگڑا ہے۔ مثلاً ایک جگہ قرآن پاک نے نفس کو باعتبار ذات واحد تسلیم کیا ہے۔ مثلاً صم بکم عمی فهم لا یرجعون اور ختم الله علی قلوبهم وعلی سمعهم وعلی ابصارهم غشاوة اور من یهده الله فلا مضل له ومن یضلله فلا هادی له لیکن دوسری جگہ نفس کی ذاتی تقسیم پر زور دیا گیا ہے۔ مثلاً انه کان توابا اور لیس للانسان الا ما سعی اور اهدنا الصراط المستقیم اور بہت سی آیات قرآن میں جو بظاہر ایک دوسری کی متضاد نظر آتی ہیں جس میں ایک طرف نفس کے ذاتی ہونے پر دلیل ملتی ہے اور دوسری طرف صفاتی ہونے پر لیکن حقیقت یہ ہی ہے کہ یہ تقسیم صفاتی ہے اور نفس امارہ تعلیم تعلم توبہ اور استغفار مجاہدہ ریاضات عبادت تقویٰ سے نفس لوامہ و مطمئنہ مرضیہ وغیرہ وغیرہ بن سکتا ہے اور اس کے لئے کسی دلیل کی ضرورت نہیں۔ ایک آدمی فسق و فجور میں مبتلا ہے۔ زنا' چوری' شراب

اور تمام لوازمات نفس امارہ اس میں جمع ہیں اور اس پر مداومت اور مزاولت ہے لیکن یکا یک وہ پلٹا کھاتا ہے اس میں انقلاب آتا ہے۔ وہ تمام معاصیات سے توبہ کر لیتا ہے اور زاہد و عابد بن جاتا ہے اب ہم اسے نفس امارہ کے دائرہ سے خارج کریں گے اور یہ ہی دلیل ہے کہ نفس باعتبار ذات نہیں بلکہ باعتبار صفت تقسیم ہے۔

اس بدیہی اور مانی ہوئی بات کی تشریح بیکار ہے کہ انسان کی زندگی کا دارومدار سانس پر ہے۔ بالفاظ صحیح زندگی کا نام ہی نفس ہے۔ اس کا عدم وجود انسان کا عدم وجود ہے باقی اعضا تو مرنے کے بعد بھی قائم و بحالہ رہتے ہیں۔ لیکن موت کا فتویٰ نفس کے عدم پر ہی دیا جاتا ہے۔ اگر آپ تجربہ کریں تو معلوم ہوگا کہ مرنے سے قبل (ایک گھنٹہ سے دو گھنٹہ تک) ناک کے راستہ سے سانس کی آمدورفت کم ہو جاتی ہے اور منہ کے ذریعہ زیادہ شروع ہو جاتی ہے اور مرتے وقت منہ کے راستے ہی سے سانس یعنی روح نکلتی ہے۔ اس کے یہ معنی ہیں کہ چونکہ ناک کے نتھنوں کا تعلق سیارگان سے ہے اور اب وہ آخری وقت آ گیا ہے کہ سیارگان سے تعلق اور نسبت قطع ہو چکی ہے اس کے نتھنوں سے سانس کی آمدورفت بھی منقطع ہو جاتی ہے اور جب انسان میں حیات کی پہلی برقی لہر دوڑتی ہے۔ (شکم مادر میں) تو بچہ منہ سے ہی سانس لیتا ہے جب اس کا سلسلہ سیارگان سے ملتا ہے تو ناک کے ذریعہ سے آمدورفت شروع ہو جاتی ہے۔ حکماء نے تجربہ کیا ہے کہ مرنے سے تین روز قبل (زیادہ سے زیادہ) خوشبو اور بدبو کا احساس انسان میں مفقود ہو جاتا ہے۔ یعنی موت کا اثر نفس پر ہو جاتا ہے۔ موت کے قریب ہونے کی نمایاں علامتیں یہ ہیں ناک کا ابتدائی حصہ مڑ جاتا ہے اور نتھنے پچک جاتے ہیں۔ بال بکھر جاتے ہیں۔ دانت سفید اور بعض حالات میں سیاہ ہو جاتے ہیں۔ انسانی مشینری میں محرک پرزہ سانس اور محض سانس ہے جب تک یہ پرزہ حرکت میں ہے۔ تمام مشینری حرکت میں ہے اور جب اس پرزہ کی حرکت بند ہو جاتی ہے تو تمام مشینری معطل اور بیکار ہو جاتی ہے۔ لہٰذا نفس کا نام ہی انسان اور انسان کا ہی نام نفس ہے اور نفس کا نام ہی حیات انسانی اور حیات انسانی کا ہی نام نفس ہے۔ جس قدر دیگر علوم ہیں مثلاً نجوم' رمل' جفر وغیرہ یہ سب فروعات اور علم النفس حقیقت ہے۔ لیکن عوام میں متداول نہ ہونے کی وجہ سے یہ شریف علم کسمپرسی کی حالت میں پڑا ہوا ہے۔ میری تحقیق اور تجربہ یہ ہے کہ کوئی علم علوم متعارفہ و

منسوبہ سے اس علم کی ہمسری نہیں کرسکتا یہ قدرتی علم ہے اگر کوئی صاحب اس پر تھوڑی سی محنت کر کے عبور اور تجربہ حاصل کرلیں تو معلوم ہو جائیں گا کہ اس علم کی ہمسری کوئی علم نہیں کرسکتا اور لطف یہ ہے کہ بالکل سیدھا سادھا اور اس کے قوانین صاف ستھرے یہ کسی طرح کی مشکلات اس میں نہیں۔ نہ ستاروں کے گورکھ دھندے اس میں ہیں اور نہ حروف کا پیچ و تاب نہ اس علم میں عربی اور فارسی کی ضرورت ہے' نہ سنسکرت اور ہندی کی نہ مستھصلہ کی دشوار گذار وادیاں ہیں نہ رصدگاہوں کی جگر گداز صعوبتیں ہیں۔ سیدھی اور صاف سڑک ہے جو بغیر کسی ممانعت اور مشکلات کے ایوان مقصود تک چلی جاتی ہے۔

میں نے کئی رسالے ماہرین کی تصنیف کے اس موضوع پر دیکھے ہیں لیکن میری نظر میں وہ ناتمام ہیں اور میں امید کرتا ہوں کہ یہ رسالہ تمامی مطالب و مقاصد پر حاوی ہوگا۔

ارباب علم و حکمت پر پوشیدہ نہیں کہ انسانی حیات کا اختتام نفوس کی شمار پر ہے۔ قدرت نے جس قدر شمار معین کی ہے موت پر وہ شمار ختم ہو جاتی ہے بعض حکماء نے اس راز کو پالیا تھا اور اپنی زندگی صدہا سال تک پہنچانے میں کامیاب ہوئے تھے اور یہ ہی معنی ہیں اس آیت شریف کے اذا جاء اجلهم لا يستاخرون ساعته ولا يستقدمون یعنی جب اجل آ جاتی ہے تو ایک ساعت کی تقدیم و تاخیر نہیں ہو سکتی۔ اذا جاء اجلهم یعنی جب تعداد نفوس ختم ہو جاتی ہے تو پھر رشتہ حیات منقطع ہو جاتا ہے۔ قدرت نے ناک کے سوراخ سانس لینے کے لئے بنائے ہیں۔ یہ ہی دو دروازے ہیں جن سے ہماری حیات کا سلسلہ قائم ہے۔ جو لوگ منہ سے سانس لیتے ہیں وہ قانون قدرت کی خلاف ورزی کرتے ہیں۔ اور کسی بیماری میں مبتلا ہو کر قبل از وقت موت کے پنجے میں گرفتار ہو جاتے ہیں۔ قدرت کا انتظام دیکھئے کہ ناک کے سوراخوں میں بال بھی پیدا کر دیئے ہیں یہ بال عبث نہیں بلکہ حیات کے دروازوں میں آہنی سلاخیں ہیں تا کہ کوئی مضر شے داخل نہ ہو سکے۔ کشش تنفس جو نسیم جذب کرتا ہے اور اس میں نظر نہ آنے والے جراثیم شامل ہوتے ہیں۔ وہ سب ان بالوں میں اٹک جاتے ہیں۔ گویا ناک کے نتھنے قدرت کی چھلنی ہیں جس کے ذریعہ سے ہوا چھن چھن کر جاتی ہے۔ لہٰذا آپ اس مداومت اور عادت کریں کہ منہ سے سانس نہ لیا کریں یہ عادت خلاف تہذیب بھی ہے قانون قدرت کے بھی خلاف ہے اور متعدد بیماریوں کا

پیش خیمہ ہے۔ دوسری عادت یہ پیدا کریں کہ سانس رک رک کر لیا کریں بے تحاشا پے در پے بغیر کسی سکون کے سانس لینا زندگی بھی کم کرتا ہے اور بیماریاں بھی پیدا ہوتی ہیں جو پہلوان کثرت کرتے اور ڈنڈ پیلتے ہیں ان کی عمر عموماً کم ہوتی ہے۔ سخت محنت اور مزدوری کرنے والے لوگ بھی عموماً کم عمر والے ہوتے ہیں۔ اس سے میری مراد یہ نہیں کہ ورزش بری چیز ہے' ورزش صحت کے لئے ضروری شے ہے مگر اس کی حد یہ ہی ہے کہ سانس نہ پھولنے پائے۔ جب سانس پر زور پڑتا دکھائی دے ورزش ختم کر دو۔ سانس کا پھولنا اور ورزش پر ورزش کئے جانا بہتر نہیں ہے۔ غرض کہ سانس جس پر ہماری حیات کا دارومدار ہے بہت ہی حفاظت کی مستحق ہے۔ اگر تم صاحب شعور اور قدرت کے قدردان ہو تو سانس کا کوئی حصہ بھی ضائع نہ ہونے دو۔ تجربہ شاہد ہے کہ جب سانس زور زور سے چلتی ہے تو دل کی دھڑکن اور جست بھی تیز ہو جاتی ہے۔ یعنی سانس کی رفتار پر دل کی تڑپ منحصر ہے۔ اور ظاہر ہے کہ جب دل کی تڑپ معمول سے زیادہ ہوگی تو اس میں کمزوری پیدا ہوگی اور دل کی کمزوری جو بدنتائج پیدا کرتی ہے وہ ظاہر ہے۔

اب سوال یہ ہے کہ واقعی ہماری زندگی کا دارومدار سانس پر ہے۔ مگر اس سے دنیوی کاموں کی اچھائی اور برائی کو کیا نسبت قدرت نے اسے مایہ حیات بنایا ہے۔ نہ کہ سعادت و نحوست اس سے متعلق ہے۔ اگر ہمارا کوئی کام بن گیا تو اس میں سانس کا کیا کام تھا۔ اور بگڑ گیا تو اس میں سانس کا کیا قصور تھا۔ اسے دنیوی کاموں پر منضبط کرنا زینت کلام کے سوا کچھ نہیں۔ ایک بے بنیاد حقیقت پر عمارت کھڑی کر دی گئی ہے۔ میں اس کے ثبوت میں تین مضبوط اور مستحکم دلیلیں پیش کرتا ہوں۔ جس سے معلوم ہو جائیں گا کہ سانس علاوہ مایہ حیات ہونے کے سر قدرت کا ایک معمور خزانہ ہے اور اس میں ایسے ایسے حقیقت کے راز پنہاں ہیں۔ کہ جس کو دیکھ کر صنعت بیچوں پر قربان ہونے کو جی چاہتا ہے۔ پہلی دلیل تو یہ ہے کہ کائنات کا ذرہ ذرہ وابستہ گردش سیارگان ہے۔ عالم سفلی کو عالم علوی سے ایک خاص تعلق ہے یا یوں کہئے کہ ایک زنجیر میں دونوں بندھے ہوئے ہیں۔ سیارگان کی نقل و حرکت گردش و رفتار طبقات زمین پر منعکس ہوتی ہے۔ رات اور دن کا تغیر' موسموں کی تبدیلی' گرمی اور جاڑا' بارش اور خشکی یہ سب انقلابات سیارگان کی حرکت سے ہی منسوب ہیں۔ پھلوں کا رنگ و روپ زراعتوں کا اگنا اور پکنا سب سیارگان سے ہی متعلق ہے اور

اس پر زیادہ دلیل کی ضرورت نہیں کہ اجرام فلکی مخفی اور علانیہ طریق پر کرہ ارضی کے ذرہ ذرہ کو بذریعہ کشش مادی اپنے عمل اور اثر کا آماجگاہ بنا رہے ہیں۔ پھر کوئی وجہ نہیں کہ ہم ایک ایسی مشین کو جو حقیقتاً دنیا کی بنیاد ہے۔ (مراد از نفس) سیارگان کے اثر سے پاک مان لیں۔ جس طرح کائنات کا ہر جز اثرات سیارگان سے اثر پذیر ہے۔ اسی طرح نفس بھی اجرام فلکی کے تاثرات سے خالی نہیں۔ دوسری دلیل یہ ہے کہ ناک کے سوراخ کو دو پر تقسیم کرنا یہ بھی قدرت کا ایک راز تھا۔ اگر بجائے دو سوراخوں کے ناک میں ایک ہی سوراخ ہوتا تو ہمیں سانس لینے میں کوئی تکلف اور تکلیف نہیں ہوتی۔ اگر آپ ناک کے نتھنوں کو بند کر لیں اور منہ سے سانس لیں تو آپ کی حیات میں کوئی فرق نہ آئیں گا۔ باوجود کہ منہ ایک ہی ہے علاوہ ازیں اگر آپ ایک نتھنے کو بند کر لیں جب بھی آپ کی زندگی کو کوئی خطرہ نہیں۔ میں نے کئی آدمیوں کو دیکھا ہے کہ ان کے ایک نتھنے میں گوشت آگیا ہے اور نتھنا قطعی بند ہے مگر وہ سانس لینے میں کوئی زحمت نہیں دیکھتے اگر آپ ابھی اپنی ناک کا ایک نتھنا بند کر لیں تو سانس کی آمدورفت بدستور رہے گی۔ چونکہ آپ ابتدائے زندگی سے دونوں نتھنوں سے سانس لینے کے عادی ہیں۔ اس لئے ابتدا میں کچھ ناگوار ضرور معلوم ہوگا مگر یہ ناگوار ہی محض عادت ہے۔

سانس کی آمدورفت میں کوئی فرق نہیں پڑے گا۔ اور جب یہ کلیہ تسلیم کر لیا گیا کہ **فعل الحکیم لا یخلوعن الحکمتہ** یعنی حکیم کا کوئی فعل حکمت سے خالی نہیں ناک کے سوراخ کو دو حصوں پر تقسیم کرنے میں کوئی حکمت پوشیدہ تھی اور ہے اور ان ہی اسرار کے تشریح علم النفس کا موضوع ہے۔ تیسری دلیل یہ ہے کہ یہ سب سے زیادہ مستحکم اور قوی ہے کہ اگر آپ امتحان کریں گے تو معلوم ہوگا کہ سانس دونوں سوراخوں میں دم بدم تبدیل ہوتی رہتی ہے۔ کبھی دائیں کبھی بائیں سوراخ میں اور جب آپ تجربہ کریں تو تو معلوم ہوگا کہ شمس و قمر کی رفتار کے ساتھ ساتھ یہ بھی اِدھر سے برابر اُدھر' اُدھر سے اِدھر تبدیل ہوتی رہتی ہے اور ظاہر ہے کہ جب نفس کا معیار صرف زندگی ہی ہوتا تو اس تغیر و تبدل کی ضرورت نہ ہوتی۔ کیونکہ بظاہر اس تغیر و تبدل سے کوئی اثر حیات انسانی پر نہیں ہوتا کوئی قرینہ اور دلیل ہمارے پاس نہیں جو اس پر دال ہو کہ تغیر و تبدل انسانی حیات پر منتج ہوتا ہے۔ اس تغیر و تبدل سے ظاہر ہو گیا کہ علاوہ حیات انسانیہ کے کوئی

اور راز بھی قدرت نے اس میں پوشیدہ کیا ہے اور اس خفیہ بھید کی تلاش اس علم کا موضوع ہے اور ہم تغیر و تبدل کو بھی بے اثر مان لیں تو ایک اور لطف اور لطیف بھید ہے یعنی یہ تغیر و تبدل ایک خاص قانون کے ماتحت ہے اور جب اس قانون میں فرق آتا ہے کوئی حادثہ اور اہم انقلاب پیدا ہوتا ہے۔ یہ ناممکن اور محال ہے کہ انسانی زندگی میں کوئی اہم انقلاب آنے والا ہو اور تنفس کی رفتار میں فرق نہ آئے۔ فرق آتا ہے اور یقینی آتا ہے۔ گویا تنفس قدرت کا الارم ہے جو قبل از وقت آنے والے واقعات کی خبر دیتا ہے لیکن ہم چونکہ اس قانونی الارم سے واقف نہیں۔ اس لئے کبھی تجربہ نہیں کرتے اور اس قدرتی آگاہی سے نفع حاصل نہیں کرتے۔

قصہ کوتاہ یہ شواہد اور ادلہ ہیں جن سے ثابت ہو گیا کہ علم النفس ایک ضروری اور کارآمد علم ہے اور جو شخص ان قوانین پر عبور حاصل کرے گا اور بہت سے اہم معاملات زندگی کے سلجھا سکے گا۔ فقراء اور حکماء' سادھو اور سنت اس سانس کے قدرتی اسرار پر حتی الوسع آگاہ تھے۔ ہم بعض کتابوں میں بھی پڑھتے ہیں اور مشہور بھی ہے کہ بعض فقیر اور حکیم اور سادھو کی زندگی سینکڑوں برس کی ہوئی۔ زندگی طویل کرنے کا راز اس نفس میں پوشیدہ ہے۔ مرگ ناگہانی اور قضائے مبرم تو میری بحث سے خارج ہے۔ خدا کا جلیل حکم تمام علوم اور سیارگان پر حاوی ہیں۔ وہ چاہے تو حقیقت کو تبدیل کر سکتا ہے۔ زمین کو آسمان اور آسمان کو زمین بنا سکتا ہے۔ زحل کو سعد اور مشتری کو نحس بنا سکتا ہے۔ لیکن جو شخص اس کتاب کے چند قوانین پر عمل کرے گا وہ بہت سے انقلاب سے محفوظ و مصئون رہے گا۔ بہت سے حوادثات کا قبل از وقت چارہ کر سکے گا۔ بہت سی بیماریاں بے علاج کے دفع کر سکے گا۔ اپنی زندگی کو طویل کر سکے گا اور بہت سے مقاصد اپنے حل کر سکے گا۔

و ذالک من عزم الامور!

باب اول

عربی میں اس کا نام علم النفس اور ہندی میں علم سرودھا کہتے ہیں اس علم میں سانس یعنی تنفس سے بحث کی جاتی ہے۔ یہ بات واضح کی جا چکی اور واضح ہے کہ انسانی زندگی کا دار و مدار سانس پر ہے۔ سانس ناک کے دونوں نتھنوں (یعنی سوراخہائے بینی) سے کم و بیش ہر وقت جاری رہتی ہے۔ اس سانس کے بند ہو جانے کا نام موت ہے۔ اصطلاح علم میں اسے سر کہتے ہیں۔ علم النفس میں اس کی تین قسمیں مقرر ہیں۔ اول ایک نتھنے سے زور سے بے کسی رکاوٹ کے سانس آنا۔ دوم ایک نتھنے میں رک رک کر سانس آنا۔ سوم دونوں نتھنوں سے برابر سانس کا آنا۔ جس نتھنے سے زیادہ سانس آتی ہے اسے چلتا سر یعنی نفس جاری کہتے ہیں۔ جس نتھنے سے سانس رک رک کر آتی ہے اسے بند سر کہتے ہیں یعنی نفس مسدودہ کہتے ہیں اور جب سانس دونوں نتھنوں سے برابر جاری ہو۔ تو اسے نفس متساویہ کہتے ہیں۔ ہندی میں ان ہر سہ اقسام کے نام یہ ہیں۔ جب سیدھا نتھنا چل رہا ہو اور بایاں بند ہو تو اسے پنگلا کہتے ہیں اور جب بایاں نتھنا چل رہا ہو اور سیدھا بند ہو تو اسے ایڑا کہتے ہیں اور جب سانس دونوں نتھنوں سے برابر چلتی ہے تو اسے سکھمنا یا سوکشمنا کہتے ہیں۔ چونکہ جسم کے داہنی حصہ کا تعلق شمس سے ہے اس لئے جب سیدھا نتھنا چل رہا ہو اور الٹا بند ہو تو اسے شمسی سر کہتے ہیں اور اس کا خاص تعلق سورج سے ہوتا ہے اور جسم کے بائیں حصہ کا تعلق قمر سے ہے۔ لہٰذا جب الٹا نتھنا چل رہا ہو اور سیدھا بند ہو تو اسے قمری سر کہتے ہیں اور اس کا تعلق قمر سے ہوتا ہے۔ اس درمیانی سر یعنی نفس متساویہ کا نام ہندی میں ضرور ہے (سکھمنا) لیکن کسی ستارے سے متعلق نہیں اور یہ ایک فروگذاشت بلکہ اہم غلطی ہے کہ ایک کثیر الوقوع واقعہ کا تعلق کسی ستارہ سے نہ ہو۔ حالانکہ نجوم کا یہ دعوئ ہے (اور صحیح ہے) کہ دنیا کا ذرہ ذرہ اور ہر جز ماتحت اثر سیارگان ہے۔ حکیم مطلق نے مادی دنیا کا نظم حرکت سیارگان سے ہی متعلق کیا ہے۔ پھر جب ایک موہوم ایک ناچیز ذرہ ایک بے حقیقت قطرہ ایک نازک پھول کی پتی بھی سیارگان کے اثر سے خالی نہیں تو پھر ایک عظیم الشان کام کہ قلیل الوقوع ہے کے لئے تو سیارگان کی مناسبت مان لیا جائے اور اس کے مقابلہ میں کثیر الوقوع کو نظر انداز کر دیا جائے۔ جب سانس الٹے نتھنے سے سیدھے نتھنے کی طرف آئی ہے یا سیدھے نتھنے سے الٹے نتھنے کی طرف منتقل ہوتی ہے تو دونوں

حالتوں کے وسط میں ایک وقت ایسا آتا ہے کہ نفس متساویہ کا دور ہو اور ہوتا ہے۔ لیکن یہ غلطی متقدمین کی نہیں ہے۔ یہ غلطی ان نام نہاد مصنفین اور مؤلفین کی ہے کہ ادھر ادھر کی چار سطحی باتیں لکھ کر کتاب کی صورت میں شائع کر دی۔ دنیوی نفع بھی حاصل کیا اور مصنفین میں نام بھی لکھ گیا۔ اگر وہ علم النفس کا بنظر غائر مطالعہ کرتے تو معلوم ہو جاتا کہ نفس کا تعلق مثل دیگر افعال کے سبعہ سیارگان سے ہے۔

علم النفس کی نسبت شمس و قمر پر ہی ختم نہیں ہو جاتی۔ بظاہر ناک کے دو نتھنوں پر اعتبار کرتے ہوئے دو ستاروں سے ہی متعلق مان لیا۔ ہاں یہ صحیح ہے کہ عوام اور طلباء کے لئے ضروری مقصد علم النفس کا ان ہی دو ستاروں کی نسبت سے حاصل ہو جاتا ہے۔ مگر کتاب خاص نہیں ہوتی۔ اسے عام و خاص دونوں ہی پڑھتے ہیں۔ لہٰذا کتاب لکھتے وقت خواص کے جذبات کا خیال نہ رکھنا ایک مصنف اور مولف کی خام کاری ہے۔ نفس کا تعلق خمسہ متحیرہ سے بھی اسی طرح سے ہے جس طرح شمس و قمر سے نفس کی رفتار کا تعلق سبعہ سیارگان سے ہے اور لطف یہ ہے کہ نفس متساویہ کا نام کتابوں میں ہے۔ امور اس سے متعلق ہیں۔ لیکن کسی ستاروں سے تعلق نہیں ہے اور یہ غلطی اور ظلم ہے اور میں دلائل و شواہد سے ثابت کروں گا کہ نفس کی دو قسمیں نہیں بلکہ سات قسمیں ہیں اور جب تک یہ تقسیم نہ کریں گے علم نامکمل رہے گا اور ظاہر ہے کہ جب ایک شے کا وجود پایا جاتا ہے اور نام بھی رکھ لیا جاتا ہے۔ پھر کسی ستارے سے متعلق نہ کرنا قانون علم و عمل کے خلاف ہے۔ دنیا کے کام حسب قوانین مروجہ تین قسم پر عالمان علم النفس نے تقسیم کئے ہیں۔ شمسی، قمری، درمیانی پھر درمیانی حالت کو بے ستارے کے مان لینا اس کے یہ معنے ہیں کہ یہ حالت سلسلہ نظم کائنات سے علیحدہ ہے۔ حالانکہ یہ محال ہے ارباب خرد پر پوشیدہ نہ رہے کہ نفس متساویہ کا تعلق عطارد سے ہے اور ضحوائے کبرے کا سلسلہ مریخ سے ضم ہے اور غروب کا تعلق مشتری سے والنفس حین یوجع من الیمین الی الیسار منسوب من الزحل و حین یرجع الی الیسار من المین مخصوص من الزھرہ یعنی جب آفتاب نصف النہار (دن کے بارہ بجے جو ضحوائے کبرے کا وقت شرعی ہے) پر ہو تو اس وقت نفس کا تعلق مریخ سے ہوتا ہے اور جب آفتاب غروب ہو رہا ہو تو اس وقت نفس کا تعلق مشتری سے ہوتا ہے اور جب نفس سیدھے نتھنے سے الٹے نتھنے کی طرف پلٹ

رہا ہوتو اس کا تعلق زحل سے ہوتا ہے۔(نفس متساویہ سے قبل) اور جب نفس بائیں نتھنے سے الٹے نتھنے کی طرف پلٹ رہا ہوتو اس کا تعلق زحل سے ہوتا ہے (نفس متساویہ سے قبل) اور جب نفس بائیں نتھنے سے سیدھے نتھنے میں منتقل ہو رہا ہوتو اس کا تعلق زہرہ سے ہوتا ہے۔(من قبل نفس متساویا) اور میں ہر نسبت کو انشاء اللہ تعالیٰ برہان قاطع اور دلیل ساطع سے روشن اور واضح کروں گا اور جو رموز اور اسرار علم النفس کے اب تک منظر عام پر نہ آئے تھے ان کو اجاگر کردوں گا۔

اب ہر ایک کی تفصیل اور تاثیر بیان کرتا ہوں۔اہل تنجیم نے عطارد کو بنفسہ مخنث تسلیم کیا ہے۔مخنث ایک قسم خاص بنی نوع انسان کی ہے جو نہ مردوں میں شامل ہیں نہ عورتوں میں ان کا شمار ہے۔اسی طرح عطارد بھی اپنی ذاتی خاصیت اور اثرات کا حامل نہیں بلکہ جس ستارے کے اثر سے موثر ہوتا ہے اسی کی خاصیت اختیار کر لیتا ہے۔مثلاً زحل کے ساتھ نحس اور مشتری کے ساتھ سعد ہے۔اور یہ عطارد کی ذات ہے اور ہر ستارے کے زیر اثر جو خاصیت عطارد پیدا کر لیتا ہی وہ صفت ہے (چونکہ ذات صفات پر مقدم ہوتی ہے۔اس لئے پہلی بات تو یہ ہے کہ جب دونوں نتھنوں میں برابر سانس جاری ہو۔یعنی نفس متساویہ کی ساعت ہو تو کوئی کام شروع نہ کرو۔جو کام نفس متساویہ کی ساعت میں شروع کیا جائے۔وہ اکثر و بیشتر بے نتیجہ اور عبث ہی ہوتا ہے۔کیونکہ عطارد اپنی ذات میں نہ نیک ہے نہ بد) یہ وقت عبادت اور ریاضت کا ہے۔آپ کہیں گے کہ عبادت اور ریاضت بھی آخر ایک کام ہی ہے۔لہٰذا جو عبادت نفس متساویہ کی حالت میں کی جائے وہ بھی نیک و بد اثرات سے خالی ہوگی اس کا جواب یہ ہے کہ عبادت اور ریاضت کا تعلق خدا کی ذات سے ہے اور خدائے ذوالجلال کی ذات سیارگان کے اثر سے بالاتر ہے۔یہ تمام علوم امور دینوی سے متعلق ہیں۔مذہبی امور کا تعلق ان کی ذات سے نہیں۔اگر آپ اندک غور سے تامل کریں تو نتیجہ یہ ہی کارآمد ہوگا کہ نفس متساویہ کو شریعت نے بھی بے اصل اور غیر موثر تسلیم کیا ہے۔نفس متساویہ کے یہ معنی ہیں کہ وہ وقت نہ شمسی سے متعلق ہو نہ قمری سے۔اسی طرح ضحوائے کبریٰ میں نماز کی شرعاً ممانعت ہے اور ضحوائے کبرے دن رات میں تین مرتبہ ہوتا ہے۔وقت طلوع وقت غروب اور نصف النہار یہ اوقات ثلثہ ایسے ہیں کہ ان پر دن اور رات کا اطلاق نہیں ہوتا اور شرع میں یہ وقت عبادت کا نہیں ہے جو خاصیت ان اوقات کی ہے وہ ہی عطارد کی ہے۔اوقات ضحوائے کبرے نہ

دن ہیں نہ رات عطارد اپنی ذات میں نہ نک ہے نہ بد نفس متساویہ نہ شمسی ہے نہ قمری لیکن جو کام آپ کر رہے ہیں نفس متساویہ کے وقت میں اسے ترک نہ کرو۔شروع کئے ہوئے کام پر نفس متساویہ کا چنداں اثر نہیں پڑتا۔کام کی جو ممانعت میں نے کی ہے وہ ممانعت آغاز کار کی ہے۔

یعنی کوئی کام شروع نہ کرو۔چونکہ آپ نے کوئی کام نفس متساویہ سے قبل شروع کیا ہے۔ لہٰذا اس کام میں اس ستارے کا دخل ہے جس کی ساعت میں آپ نے شروع کیا ہے۔کام کے درمیان میں جو ستارے تبدیل ہوئے ان کا اثر خاص نہیں پڑتا۔اگرچہ بالکلیہ اثر سے محروم بھی نہیں۔آپ نے اکثر تجربہ کیا ہوگا اور غور کریں تو دن رات تجربہ کر سکتے ہیں کہ ایک کام آپ کر رہے ہیں اور وہ صحیح طریق پر ہو رہا ہے۔یکا یک اس میں خرابی پیدا ہوگی یا کوئی غلطی ہوگئی آپ حیران رہ جاتے ہیں کہ دیکھو سیدھا کام ہوتے ہوئے ذرا سی دیر میں خراب ہوگیا اس خرابی کا باعث کبھی آپ کی غلطی ہوتی ہے کبھی کسی دوسرے کی بہر حال اچھا خاصا کام چلتے چلتے بگڑ جاتا ہے۔اس کا نام نفس متساویہ ہے۔تھوڑی دیر کے بعد پھر وہ کام درست ہوگیا۔اس کا نام نفس شمسی یا قمری ہے۔دنیا میں تین قسم کے کام ہیں۔پہلی قسم یہ ہے کہ کوئی کام ہم نے شروع کیا اور اول سے آخر تک حسب دلخواہ وہ خیر و خوبی پر ختم ہوگیا۔یہ خاصیت ہے شمسی یا قمری کی۔دوسری قسم وہ ہے کہ آپ نے کوئی کام شروع کیا اور اول سے آخر تک وہ بگڑتا ہی رہا اور کسی وقت درستی پر ہی نہ آیا اس کا نام نفس متساویہ ہے۔تیسری قسم یہ ہے کہ کوئی اچھی طرح ہو رہا تھا۔یکا یک درمیان میں بگڑ گیا۔ تھوڑی دیر بگڑا رہا اور پھر درست ہوگیا۔یہ اثر نفس متساویہ کا ہے جب درمیان کار میں نفس متساویہ کا وقت آ جائے گا تو کام بگڑ جائے گا۔اب ایک اعتراض یہ وارد ہوتا ہے کہ میں نے نفس متساویہ کی ساعت میں آغاز کار کی مطلق ممانعت کر دی۔حالانکہ عطارد سعد بھی ہوتا ہے اور نحس بھی گو بذاتہ عطارد نیک یا بد نہیں مگر صفاتاً تو نیک ہوتا ہے یا بد...... بدی کی حالت میں تو آغاز کار کی ممانعت صحیح ہے لیکن حالت سعد میں ممانعت کیوں؟ (کیونکہ میں نے آغاز کار کو مطلق منع کر دیا ہے) مگر میں نے مطلقاً ممانعت اس وجہ سے کی کہ عوام نہیں سمجھ سکتے کہ اس وقت عطارد کس حالت میں ہے۔ اس لئے بہتر یہ ہی تھا کہ مطلق ممانعت کر دی جائے لیکن جو اصحاب صاحب فہم و ذکاء ہیں ان کے واسطے تقسیم کار بھی ہے اور اسی کی تقسیم یہ ہے کہ جب سانس الٹے نتھنے سے سیدھے نتھنے میں منتقل

ہو رہی ہو تو وہ کام کریں جس سے نفع حاصل کرنا مقصود ہو اور جب سانس سیدھے نتھنے سے الٹے نتھنے میں آ رہی ہو تو بغض ہلاکی اعدا دفع آسیب دفع ضرر کا عمل کرو۔

سانس کی تقسیم

جس نتھنے سے سانس زیادہ آ رہی ہو اسے نفس جاری یا چلتا سر کہتے ہیں اور جس نتھنے سے سانس کم آ رہی ہو اس سے نفس مسدود یا بند سر کہتے ہیں۔ اب اس حالت پر غور کرو کہ جب سانس ایک نتھنے سے دوسرے نتھنے میں منتقل ہوتی ہے تو انتقال نفس کی یہ صورت ہے کہ چلتے سر کی ہوا اندک اندک بند سر کی طرف منتقل ہونا شروع ہوتی ہے۔ چند منٹ میں چلتا سر بند ہو جاتا ہے (کم ہو جاتا ہے) اور بند سر چلنے لگتا ہے۔

عقل سلیم اسے تسلیم کرتی ہے کہ جب سانس ایک نتھنے سے دوسرے نتھنے میں بتدریج جانا شروع ہوگی تو ایک وقت ایسا آئے گا کہ جب دونوں نتھنوں کی سانس برابر ہوگی اور اسی حالت کا نام نفس متساویہ ہے۔ یعنی دونوں نتھنوں سے سانس مساوی حصہ میں درمیان میں جاری ہو۔ بند سر کے یہ معنی نہیں کہ نتھنا کلیتہً بند ہو جائے بلکہ جس نتھنے سے ہوا زیادہ خارج ہو رہی ہو اسے چلتا سر کہتے ہیں اور جس نتھنے سے کم ہوا آ رہی ہو اسے بند سر کہتے ہیں۔

ایک ضروری گذارش یہ ہے کہ ایک عرب کا قول ہے۔ **من صنف فقدا ستھدف** یعنی جس نے کوئی کتاب تصنیف کی وہ تیز ملامت کا نشانہ بن گیا۔

نہ گفتہ ندارد کسے با تو کار   لیکن چو گفتی دلیلش بیار

ارباب خرد و دانش پر یہ بھی پوشیدہ نہیں کہ دنیا کبھی بھی ایک مرکز اور ایک خیال پر جمع نہیں ہوئی۔ ''ہر کس بہ خیال خویش خبطے دارد۔'' ہر باغ میں ایک نیا عالم آباد ہوتا ہے۔ اگر ایک کتاب پر ایک علم موقوف ہوتا تو دنیا میں ہر فن پر ایک ہی کتاب ہوتی مگر شواہدات عالم شاہد ہیں کہ ایک فن پر ان گنت کتابیں ہوتی ہیں جو جس کی تحقیق ہے جو جس کا خیال اور مذہب ہے وہ اسی کے مطابق کہتا ہے۔ ''از کوزہ ہماں بروں تراود کہ دروست'' اختلاف انسان کی فطرت ہے۔ میں جو کچھ اپنی کتاب میں لکھ رہا ہوں' یہ میری تحقیق اور سالہا سال کی کدوکاوش کا نتیجہ ہے۔ کئی اصحاب ایسے ہوں گے کہ جن کو میرے کلیہ سے اختلاف ہوگا مگر میں اپنی فطرت سے مجبور ہوں جس طرح آپ

اپنی فطرت سے مجبور ہیں۔ اگر آپ کی تحقیق اس کے خلاف ہو جو میں نے لکھا ہے تو آپ اپنی تحقیق پر عمل کریں۔ جو بات اس کتاب میں آپ کو اچھی اور صحیح معلوم ہو اس کو لے لیں جو خلاف طبع ہو اس کو چھوڑ دیں۔

"خذ ماصفا ودع ماکدر"

علم النفس ایک وسیع اور بسیط علم ہے اور جس شخص کو اس پر عبور حاصل ہو جاتا ہے وہ بہت سے قدرت کے سربستہ رازوں کو جان لیتا ہے۔ کاموں کے نتیجے اور آئندہ ہونے والے واقعات اس کو نظر آ جاتے ہیں اور یہ علم ایک بدیہی علم ہے دوسرے علوم کی طرح وہم و گمان کا نقشہ نہیں ہے۔ بلکہ اس کے قانون اور نتائج ہم آنکھوں سے دیکھ سکتے ہیں۔ مثلاً میں یہ سابقہ صفحات میں بتا چکا ہوں کہ الٹا نتھنا قمر سے متعلق ہے اور سیدھا نتھنا سورج سے منسوب ہے۔ اگر آپ اس کا امتحان کریں تو معلوم ہوگا کہ جب ہوا سیدھے نتھنے سے الٹے نتھنے میں جا رہی ہو۔

یعنی سورج سے قمر میں تبدیل ہو رہی ہو۔ تو انسان کا جسم ٹھنڈا اور سرد ہو جاتا ہے چونکہ چاند سرد ہے۔ اس لئے اس کے اثر سے جسم میں بھی ٹھنڈک پیدا ہو جاتی ہے اور جب سانس الٹے نتھنے سے سیدھے نتھنے میں آ رہی ہو یعنی قمر سے شمس میں منتقل ہو رہی ہو تو جسم میں گرمی پیدا ہو جاتی ہے چونکہ شمس گرم ہے اور حرارت اس کی طبیعت اور فطرت ہے اور آپ جب بھی امتحان کریں گے اس قانون کو صحیح پائیں گے۔ بخار کی شدت جب زیادہ ہوگی تو اس وقت شمس سر چلتا ہوگا۔ قمری سر کی حالت میں کبھی بخار کی شدت نہ ہوگی مالیخولیا' دیوانہ پن' ہذیان' جنون یہ تمام حالتیں جب ہی زور پر ہوں گی جب قمری سر چلتا ہوگا کیونکہ دیوانگی کو چاندنی سے خاص نسبت ہے۔ جس شخص کو مرگی کا مرض ہو اس کو جب دورہ پڑے گا اسی حالت میں پڑے گا اور جب ہی دیوانگی ہوگی جب قمری سر چل رہا ہو کیونکہ صرع دیوانگی کی ایک قسم ہے اور چاندنی میں جنون زیادہ ہوتا ہے۔

اوقات نفس

علم النفس کی بنیاد چاند کی تاریخوں پر ہے اور زمانہ دو قسموں پر منقسم ہے ایک عروج ماہ ایک زوال ماہ عروج ماہ یعنی چاندنی راتیں جن کو ہندی میں شکل پکش کہتے ہیں۔ ان تاریخوں میں چاند کی روشنی زیادہ ہوتی جاتی ہے۔ دوسرا زوال ماہ ان تاریخوں میں چاند روزانہ گھٹتا ہے ہندی میں ان تاریخوں کو کرشن پکش کہتے ہیں۔ یکم سے چودہ تک عروج ماہ ہے۔ (چودہ سے مراد چودھویں تاریخ نہیں بلکہ چودھویں شب مراد ہے یعنی تیرہ تاریخ کا دن گذر کر جو رات آئے جس کی صبح کو چودہ ہوگی اور چودہ سے اٹھائیس تک زوال ماہ ہے۔ سانس ہر دو گھنٹہ میں) ایک نتھنے سے دوسرے نتھنے میں تبدیل ہوتی ہے اور یہ قدرت کا معین کردہ وقت ہے۔ جب تک سانس اپنی مقدار پر تبدیل ہو رہی ہے کوئی حادثہ یا واقعہ پیش نہیں آتا۔ آپ بے فکری سے زندگی بسر کرتے رہے۔ لیکن جب کوئی حادثہ یا واقعہ ہونے والا ہے تو قدرت کی طرف سے پہلے آگاہی دے دی جاتی ہے اور اعلان کر دیا جاتا ہے اور قدرت کا اعلان یہ ہے کہ سانس بجائے دو گھنٹہ کے ۲/۳ گھنٹہ میں یا ایک گھنٹہ میں تبدیل ہونا شروع ہو جاتی ہے۔ بس جب آپ دیکھیں کہ ہماری سانس دو گھنٹہ سے قبل تبدیل ہوگئی تو جان لیں کہ کوئی حادثہ یا واقعہ ہونے والا ہے۔ یہ قانون بھی معلوم کرو کہ سانس بھی دو گھنٹہ سے زیادہ ایک سر میں نہیں چلتی ہاں اس تعداد میں کمی ہو جاتی ہے۔ واقعات اور حوادثات کے وقت سانس جلد جلد سر تبدیل کرتی ہے۔ مگر کبھی دیر میں تبدیل نہیں ہوتی۔ اگر آپ کو یہ معلوم کرنا ہو کہ اس وقت کون سا سر چل رہا ہے تو ایک نتھنے کو انگلی سے بند کر لو اور دوسرے نتھنے سے سانس خارج کرو۔ اگر بند سر ہے تو سانس رک رک کر کم مقدار میں آئے گی۔ اگر سانس زور زور سے صاف نکل رہی ہے تو اسے چلتا سر کہتے ہیں۔ اگر دونوں نتھنوں سے برابر سانس (ہوا) نکل رہی ہے تو اسے نفس متساویہ کہتے ہیں۔ سانس کی رفتار کا منضبط قانون قدرت یہ ہے کہ قمری ماہ کی پہلی تاریخ کو آفتاب نکلتے وقت بایاں سر چلتا ہوگا اور یہ تین دن تک برابر طلوع آفتاب کے وقت رہے گا۔ اس میں کبھی خلاف نہیں ہوتا۔ اس دلیل سے رویت کا اختلاف بھی صحیح ہو جاتا ہے۔ آپ کو معلوم ہے کہ رویت ماہ میں اکثر اختلاف رہتا ہے خصوصاً رمضان المبارک اور عید کے چاند میں اکثر اختلاف ہو جاتا ہے۔ اکثر شہروں میں روزہ شروع ہو

جاتا ہے اور اکثر شہروں میں نہیں۔ اسی طرح اکثر دو عیدیں ہوتی ہیں۔ غرض کہ رویت ہلال مشتبہ ہو جاتی ہے لیکن علم النفس ایک ایسا مکمل قانون ہے کہ اس میں کبھی نظر و فریب نہیں کھاتی یعنی جب چاند کی حالت مشتبہ ہو اور اس میں اختلاف پایا جائے تو رات چاند دکھائی دیا یا نہیں تو آپ صبح کو سورج نکلتے وقت غور سے دیکھیں کہ کون سا سر جاری ہے۔ اگر بایاں سر جاری ہے تو یقیناً چاند ہو گیا۔ اگر داہنا سر جاری ہے تو یقیناً چاند نہ ہوا۔ ہاں شرعی حیثیت سے یہ دلیل پیش نہیں کی جا سکتی قدرت کا اٹل قانون ہے کہ چاند کی پہلی دوسری تیسری تاریخ کو طلوع آفتاب کے وقت بایاں یعنی قمری سر چلتا ہوگا تین دن کے بعد یعنی ۴، ۵، ۶ تاریخ کو شمسی سر (داہنا نتھنا) طلوع آفتاب کے وقت چلتا ہوگا اس حساب سے ہر تین دن کے بعد سر شمسی اور قمری میں تبدیل ہوتا رہتا ہے اور یہ دور دائماً ابداً ہے۔ اس حساب سے قمری اور شمسی تاریخیں حسب ذیل ہوں گی:

قمری: ۱، ۲، ۳، ۷، ۸، ۹، ۱۳، ۱۴، ۱۵، ۱۹، ۲۰، ۲۱، ۲۵، ۲۶، ۲۷۔

شمسی: ۴، ۵، ۶، ۱۰، ۱۱، ۱۲، ۱۶، ۱۷، ۱۸، ۲۲، ۲۳، ۲۴، ۲۸، ۲۹، ۳۰۔

آپ چاند کی تاریخوں کا شمار رکھئے اور روزانہ طلوع آفتاب کے وقت دیکھ لیا کیجئے کہ سر موافق چل رہا ہے یا مخالف یعنی تاریخ معینہ سطور بالا کے موافق ہے اگر موافق چل رہا ہے تو سمجھ لیں کہ آج کا دن بے غل و غش اور بے فکر و تشویش کے گزرے گا کوئی حادثہ اور واقعہ ایسا نہ ہوگا جس سے اضمحلال اور شکستگی پیدا ہو اگر سر کا خلاف چلنا پایا جائے یعنی بجائے سیدھے کے الٹا اور بجائے الٹے کے سیدھا تو یہ قدرتی اعلان ہے کہ آج کوئی انقلاب زندگی میں پیدا ہونے والا ہے اور یہ یقیناً انقلاب ہوگا قدرتی اعلان کبھی منسوخ اور تبدیل نہیں ہوتا۔ نفس کا تغیر ہماری ذات کا تغیر ہے۔ لیکن یہ بات ذہن نشین کریں کہ انقلاب دو قسم کا ہوتا ہے۔ برائی سے اچھائی کی طرف اور اچھائی سے برائی کی طرف ایک شخص غریب اور محتاج تھا۔ یکا یک وہ دولتمند اور امیر بن گیا۔ اس کا نام بھی انقلاب ہے ایک شخص صاحب ثروت و دولت تھا ناگہاں وہ نکبت اور فلاکت زدہ ہو گیا۔ اس کا نام بھی انقلاب ہے۔ نفس کے تغیر و تبدل سے یہ تو معلوم ہو گیا کہ ہماری حالت منقلب ہونے والی ہے۔ لیکن دو امور تشنہ تکمیل رہے اور دونوں مسئلے نہایت عمیق اور ضروری ہیں اول یہ کیا ترقی سے تنزل کی طرف یا تنزل سے ترقی کی طرف دوم یہ کہ آخر یہ انقلاب آج ہی پیدا

ہوگا یا کب؟ یہ دوسوال ضروری ہیں۔ میں اس کی تفصیل بیان کرتا ہوں۔ اس کے لئے آپ مندرجہ بالا تواریخ پر نظر ڈالیں اور دیکھیں کہ آیا قمری سے شمسی میں تبدیل ہوا ہے یا شمی سے قمری میں یعنی سیدھا نتھنا چلنا چاہیے تھا۔ بجائے اس کے الٹا نتھنا چل رہا ہے۔ یا الٹا نتھنا چلنا چاہیے تھا بجائے اس کے سیدھا نتھنا چلا اس کا قاعدہ اور کلیہ یہ ہے کہ اگر بجائے الٹے نتھنے کے سیدھا نتھنا چلا ہے تو یہ انقلاب تنزل سے ترقی کی طرف ہے اگر سیدھے نتھنے کے بجائے الٹا سر چلا ہے تو یہ انقلاب ہے ترقی سے تنزل کی طرف بصورت اولی رنج وفکر نقصان و جھگڑا بیماری اور مقدمہ وغیرہ پیش آنے والا ہے۔ بصورت دیگر نفع اور تندرستی، فتح اور کامرانی، ملازمت اور ترقی کے آثار ہیں۔ جس طرح نقصانات کی فہرست طویل ہو سکتی ہے۔ اسی طرح مفادات کی تفسیر اور تفصیل بھی لمبی چوڑی ہو سکتی ہے۔ اس مبسوط فہرست کے چند در چند عنوانات میں سے کون سا باب شروع ہوگا۔ اس کی شناخت مجھے معلوم نہ ہو سکی یعنی اگر نقصان ہے تو کس قسم کا اور نفع ہے تو کس قسم کا اس مبہم کی تفصیل میں نہیں کر سکتا۔ اب رہ گیا دوسرا حل طلب مسئلہ کہ آیا اس انقلاب آنے کی مدت کیا ہے۔ کیا اسی دن آئے گا جس دن سر تبدیل ہوا ہے یا پھر کب؟ اس کے متعلق یہ قاعدہ ہے کہ جس قدر کم مدت نفس برعکس چلتا رہے گا اتنی ہی زیادہ درازی پر انقلاب رونما ہوگا۔ مثلاً سورج نکلتے ہوئے دیکھا کہ سر مخالف چل رہا ہے۔ لیکن چند منٹ کے بعد پھر درست اور صحیح ہو کر قانون معینہ پر چلنے لگا تو یہ ثبوت ہے کہ ابھی انقلاب میں تاخیر ہے اور وزن و مقدار میں بھی سبک ہے۔ اگر دیر تک چلتا رہا تو انقلاب قریب ہے اور وزن و مقدار میں بھی گراں ہے۔ یہ فیصلہ نفس کی مدت قیام پر ہوگا۔ کیونکہ ہر انقلاب اور ہر واقعہ میں سبکی اور گرانی ہوتی ہے۔ مرض اس کا بھی نام ہے کہ معمولی بخار آ گیا زکام ہو گیا اور مرض اس کا بھی نام ہے کہ تپ دق جیسا مزمن اور مہلک مرض پیدا ہو گیا جھگڑا اور فساد یہ بھی ہے کہ کسی سے معمولی خلش ہو گئی اور جھگڑا فساد اس کا بھی نام ہے کہ کشت و خون پر نوبت آ گئی۔ ان سب کا وزن اور مقدار معین کرنا نفس کی مدت پر منحصر ہے۔ یہاں یہ قانون بھی معلوم کرو کہ نفس کی تبدیلی سورج نکلتے وقت پر بھی مختتم نہیں بلکہ دیگر اوقات شبانہ روزی میں بھی نفس متغیر ہو جاتا ہے۔ یہ تغیر بھی حادثات اور واقعات کا اعلان ہے مگر ہم دنیا کے پھندوں میں از سر تا پا گرفتار اور مقید ہیں ہمیں نہ اس قدر فرصت نہ ضرورت کہ دن بھر بیٹھے ہوئے سانس کا

مطالعہ کرتے رہیں۔ لیکن دنیا میں ایسے لوگ ہیں اور ہو سکتے ہیں کہ وہ ہر وقت اپنی سانس کا امتحان کر سکتے ہیں کہ آیا نفس صحیح چل رہا ہے یا غلط۔ اگر آپ زیادہ سے زیادہ تیس دن تک علم النفس کو رٹ لیں تو پھر کسی کتاب اور امتحان کی ضرورت نہیں۔ آپ اندک اشارہ میں معلوم کر سکیں گے کہ گویا نفس صحیح چل رہا ہے یا غلط اور طریق اس کی مشق کا یہ ہے کہ پہلے وہ تاریخیں از بر کر لیں جن پر شمسی اور قمری سر تقسیم ہیں اور یہ حفظ کر لینا بالکل آسان ہے۔ بعد ازاں طلوع کا وقت روزانہ تحقیق کر لیا کریں اور ہر دو گھنٹہ کے بعد دیکھ لیا کریں کہ آیا رفتار صحیح ہے یا غلط بس اگر صحیح ہے تو حالات بھی صحیح ہیں۔ اگر رفتار غلط ہے تو حالات بھی غلط ہیں۔ مگر یہ طول امل ہے کم از کم آپ اس قدر کر سکتے ہیں کہ جب کسی سانحہ اور واقعہ کے پیش آنے کے آثار ہوں اس وقت حساب کر کے دیکھ لیں کہ رفتار نفس صحیح ہے یا غلط اور اسی پر اس واقعہ کو منطبق کر لیں۔ یہ غور کر لیجئے کہ یہ باتیں ظن اور وہم و گمان نہیں بلکہ حقیقت اور فطرت ہیں علم النفس کا ہر جز حقیقت اور واقعیت پر مشتمل اور محتوی ہے۔

اب ایک اور قانون یاد کرنے کے قابل ہے کہ جب سانس قانون معینہ کے برعکس چل رہی ہو تو کیا کوئی قاعدہ ہے کہ جس سے ہم سانس قاعدے اور نظام کے ماتحت کر سکیں۔ ہاں ایسا قاعدہ بالکل آسان ہے ہر شخص جب چاہے اپنے سر کو دوسری طرف چلا سکتا ہے۔ وہ قاعدہ یہ ہے کہ جس سمت کا سر چلانا منظور ہے اس کے مخالف سمت پر لیٹ جاؤ یعنی جو سر چل رہا ہو اس پہلو پر لیٹ جاؤ۔ اس صورت میں جس سمت کا چلانا منظور ہو اس کی مخالف سمت ہو گئی۔ مثلاً اگر داہنا سر چل رہا ہے اور تم چاہتے ہو کہ داہنا سر بند ہو کر اب بایاں سر چلنے لگے تو تم داہنے پہلو پر لیٹ جاؤ اور داہنے کان کو انگلی سے بند کر لو۔ اور داہنی بغل کو سکیڑ لو اور داہنے نتھنے کو بھی روئی سے بند کر لو اور بند نتھنے سے خوب زور زور سے ہوا خارج کرو۔ تین چار منٹ تک یہ مشق کرنے سے کھلا ہوا نتھنا بند ہو جائے گا اور بند نتھنا جاری ہو جائے گا۔ اب یہاں یہ سوال پیدا ہوتا ہے۔ کہ اگر صبح اٹھ کر ہم کو معلوم ہوا کہ آج سر خلاف چل رہا ہے اور یہ علامت حادثے کی ہے۔ اب ہم نے تبدیل نفس کے قاعدے پر اپنی سانس کو تبدیل کر لیا یعنی موافق قانون بنا لیا تو کیا اس سے آنے والا واقعہ اور ہونے والا حادثہ بھی تبدیل ہو گیا۔ یا اس تبدیلی کا اس پر اثر نہ پڑے گا۔ اس کا جواب یہ ہے کہ سر کو

اختیاری تبدیلی سے ایک گونہ تعلق ہے۔ آنے والا حادثہ جس کا اعلان خلاف سر کر چکا تھا پیش آئے گا۔ لیکن اس کی اہمیت کم ہو جائے گی اور یہ اختیاری تبدیلی ایک حد تک اس کی قوت سلب کر لے گی۔ اس لئے کہ اگر خلاف سر جاری رہتا تو وہ واقعہ بھی برابر جاری رہتا۔ مثلاً ایک گھڑی میں ۷ بج کر چالیس منٹ آئے ہیں اور اس جگہ آپ نے اس کو رفتار کو بند کر دیا تو اب آٹھ نہ بجیں گے لیکن ۷ جو بج چکے تھے اس کو واپس کرنا بھی آپ کے اختیار میں نہیں۔ اگر آپ بند نہ کرتے تو آٹھ اور نو علیٰ ہذا القیاس اس وقت تک بجتے رہتے جب تک کہ اس کی کمانی میں قوت باقی رہتی اور ان قوانین کے معلوم نہ ہونے کی یہی وجہ ہے کہ ایک انقلاب آتا ہے اور بعض وقت اس قدر طویل ہو جاتا ہے کہ انسان پریشان ہو جاتا ہے اگر اس واقعہ کا سدباب کر دیا جاتا ہے تو وہ انقلاب بھی ختم ہو جاتا ہے۔ بس جس طرح ہماری حیات کا دارومدار نفس پر ہے اسی طرح ہماری دنیا کے سارے کام علم النفس پر مشتمل ہیں کوئی چھوٹے سے چھوٹا اور بڑے سے بڑا کام ایسا نہیں ہے۔ جس پر قوانین نفس کا اثر نہ ہو اور یہ قوانین انسان کو معلوم ہیں۔ لیکن مداولت اور تجربہ نہ ہونے کے سبب اس پر توجہ نہیں خدائے ذوالجلال نے قرآن محترم میں فرمایا۔ بل الانسان علی نفسہ بصیرۃ (انسان کو قوانین پر بصیرت ہے) اب میں ان قوانین کو آپ کے سامنے پیش کرتا ہوں تا کہ آپ کو کل قوانین پر عبور ہو جائے۔ یہ تو ظاہر ہے کہ آج کل کا عدیم الفرصت اور کم ہمت انسان کسی علم میں درک کامل حاصل نہیں کر سکتا اور تمام قوانین پر علم درآمد بہت ہی مشکل ہے تاہم اس کتاب کے مطالعہ سے آپ بہت سے قوانین معلوم کر سکیں گے اور یہ بعید نہیں کہ آپ چند سہل اور آسان قوانین پر عمل بھی کریں۔

قاعدہ:

ایک قاعدہ سانس تبدیل کرنے کا آپ کو معلوم ہو گیا۔ دوسرا قاعدہ یہ ہے کہ جب سانس تبدیل کرنا ہو تو پاخانہ میں جائے اور جس نتھنے کو آپ بند کرنا چاہتے ہیں اس طرف کے پاؤں پر زور دے کر بیٹھیں اور جس طرف تبدیل کرنا چاہتے ہیں اس طرف کا پاؤں کھڑا کر لیں یعنی صرف انگلیاں قدمچہ پر ٹکی رہیں۔ باقی حصہ زمین سے اٹھا کر اجابت کریں۔ فوراً وہ نتھنا بند ہو جائے گا۔ جس پر زور دیا ہے اور وہ نتھنا کھل جائے گا جس کی طرف کا پاؤں کھڑا ہے۔ لیکن تجربہ سے ثابت

ہوا ہے کہ بعض اوقات سانس تبدیل ہو کر پھر اسی طرف عود کر جاتی ہے جہاں سے اسے پلٹایا گیا تھا۔ اس لئے احتیاط کریں کہ سانس پلٹ نہ جائے۔ اور اس کے واسطے پانچ سے دس منٹ تک کا وقفہ کافی ہے۔ یعنی اس مدت میں سانس دیرپا اور قائم ہو جاتی ہے اور یہ بھی معلوم کر لیجئے کہ سر تبدیل ہونے کا قدرتی وقت دو گھنٹہ تسلیم کیا گیا ہے۔ مگر یہ مدت کلیہ نہیں ہے۔ بلکہ کثرت پر حکم لگایا گیا ہے۔ ورنہ بعض اوقات ایک گھنٹے یا اس سے کم بیش تک خود بخود تبدیل ہو جاتی ہے اور اس کی وجہ یہ ہوتی ہے کہ اقسام تنفس پر دنیا کے تمام کاروبار تقسیم ہیں جس کا نقشہ اور مفصل حال میں نے اسی کتاب میں دوسری جگہ بیان کر دیا ہے۔ اب مثلاً سیدھا سر چل رہا ہے۔ لیکن قدرت کو ایسا کام کرانا ہے جس کا تعلق الٹے سر سے ہے تو ایسی حالت میں سانس پہلے تبدیل ہو جاتی ہے۔ پھر انسان کے دل میں اس کام کرنے کا خیال اور پھر عزم پیدا ہوتا ہے۔ اب میں نفوس سبعہ کی تشریح اور تفصیل کرتا ہوں۔ اندک تفصیل اس کی اوراق سابقہ میں کر چکا ہوں۔ سر ودھا جاننے والوں ہندو عالموں نے سانس کی تین قسمیں بیان کی ہیں۔ جن میں سے دو کا تعلق سیارگان سے ہے اور ایک کا تعلق کسی ستارے سے نہیں اور میں نفس کی سات قسمیں تحقیق کر کے ان کا نام اور نشان مختصر بتا چکا ہوں اور اب ان کی تفصیل کرتا ہوں تا کہ اس کتاب کے مطالعہ کرنے والوں کو اس کتاب کی حقیقت معلوم ہو جائے۔

قسم اول

جب سانس کا بہاؤ تیزی سے سیدھے نتھنے میں ہو اس کو شمسی سر کہتے ہیں۔ اور ہندی میں اس کا نام پنگلا ہے۔ چونکہ جسم کا داہنا حصہ شمس سے منسوب ہے اسی نسبت سے سیدھے نتھنے کے سر کو شمسی کہتے ہیں۔ اس کا ستارہ شمسی ہے اور رنگ سرخ ہے اور اصطلاح تصوف میں اسے نفس الملہمہ کہتے ہیں اور قانون علم النفس میں جب شمسی نفس چل رہا ہو تو اس وقت یہ کام کئے جائیں تو مفید ہوتے ہیں۔ حجامت بنوانا، عمل عداوت کرنا، باہمی تفرقہ ڈلوانے کی کوشش کرنا، سفلی عمل پڑھنا، مکان کا توڑنا، کسی جگہ کو ویران کرنا، درخت کی شاخوں کو توڑنا، کسی کو فریب اور دھوکہ دینا، کسی کو مرتبہ سے گرانا، جوا کھیلنا، شکار کھیلنا، شراب پینا، کشتی لڑنا، مباشرت کرنا، مسہل (جلاب) پینا، کسی کے کام کو روکنے کی کوشش کرنا، کسی کو کسی برے کام کی رغبت دینا، بی بی کو طلاق دینا، کسی کو

نقصان پہنچانے کے لئے مقدمہ کرنا اور اس قسم کے کام دایاں سر چلنے میں یعنی نفس میں کرنا اکثر مفید ہوتے ہیں اور کامیابی ہوتی ہے اگر اتوار یا ہفتہ یا منگل کا دن ہو تو اور بھی ان اثرات میں تیزی ہوتی ہے اور اگر زوال ماہ یعنی اندھیری راتوں میں یہ کام کئے جائیں تو پھر نفس شمسی کی طاقت میں بے حد اضافہ ہو جاتا ہے اور اکثر و بیشتر کامیابی ہوتی ہے۔ شاید بعض اصحاب اعتراض کریں کہ ایسے کاموں کی تلقین اور تحریص دی گئی ہے جو شرعاً اور مذہباً بھی حرام ہیں اور اخلاقاً و تہذیباً بھی مذموم ہیں۔ میں عرض کروں گا کہ میں تحریص اور ترغیب کے طریق پر نہیں لکھ رہا ہوں۔ بلکہ مجھے نیک و بد اثرات کا بیان کرنا ہے اور نفوس کے ماتحت جو امور کامیاب ہو سکتے ہیں ان کو بتانا ہے کوئی صاحب حرام امور پر عمل نہ کریں صرف علمی تحقیق ہے۔ اللہ تعالیٰ ہر انسان کو برے کاموں سے بچائے۔ آمین۔

قسم دوم

جب سانس کا بہاؤ تیزی سے الٹے نتھنے میں ہو تو اصطلاح علم النفس میں اسے قمری سر کہتے ہیں اور اصطلاح تصوف میں اسے نفس اللوامہ کہتے ہیں اس کا رنگ زرد اور ستارہ قمر ہے۔ ہندی میں اسے ایڑا کہتے ہیں۔ چونکہ قمر کا تعلق انسانی جسم کے بائیں حصہ سے ہے۔ اسی نسبت سے اس سر کو قمری سر کہتے ہیں۔ قمری سر میں ایسے کام کرنا مفید ہیں جو دیرپا اور مستقل ہوتے ہیں اور ساتھ ہی شرعاً اخلاقاً اور قانوناً مستحسن ہوں مثلاً کنواں کھدوانا' باغ لگانا' دوکان کا افتتاح کرنا' تجارت کا آغاز کرنا' مکان کی بنیاد رکھنا' مکان تبدیل کرنا' بچہ کو مدرسہ میں بٹھانا' اگر کوئی ہنر سیکھنا ہو تو اس کی تعلیم کا آغاز کرنا۔ ملازمت کرنا' بچوں کا نام رکھنا' روپیہ بنک میں جمع کرنا یا زمین میں دفن کرنا یا حفاظت کے لئے صندوق میں رکھنا' جائداد خریدنا' جانور خریدنا' کھیت میں بیج ڈالنا' اور اسی قسم کے کام قمری سر میں کرنا بہت مفید ہوتے ہیں۔ اگر پیر' بدھ' جمعرات' جمعہ کا دن ہو تو اور بھی اثر میں زیادتی ہوتی ہے اگر عروج ماہ یعنی چاندنی راتوں میں اس قسم کے کاموں میں سے کوئی کام کیا جائے تو پھر نفس قمری کی طاقت میں دس گنا طاقت پیدا ہو جاتی ہے۔

قسم سوم

جب سانس دونوں نتھنوں سے برابر جاری ہو تو اصطلاح علم النفس میں اسے نفس متساویہ کہتے ہیں اور ہندی زبان میں سکھنا اس کا نام ہے۔ اور اصطلاح تصوف میں اسے نفس الکاملہ کہتے ہیں۔ اس کا رنگ غیر معین ہے اور ستارہ عطارد ہے اس کا تعلق شمسی قمری اور تمام سیارگان سے ہے۔ اہل علم پر پوشیدہ نہیں کہ مساوات ہر جز میں ہوتی ہے۔ مثلاً شمسی سر ہے۔ تو قمری سر کا وہاں وجود نہ ہوگا۔ لیکن مساوات کا قانون بہر حال اس میں ہوگا اور جب قمری سر ہوگا تو اس میں شمسی کا شائبہ نہ ہوگا۔ لیکن نفس متساویہ کا وجود اس میں بھی پایا جائے گا اور یہ کلیہ حکمت و فلسفہ سے متعلق ہے چونکہ مسئلہ دقیق ہے اس لئے اندک تشریح ضرور ہے۔ قمری سر ہو یا شمسی ہو۔ اپنے تمام دور میں اول سے آخر تک ایک رفتار پر قائم نہیں رہتا۔ بلکہ اس درمیان میں بھی نامعلوم طریق پر کمی بیشی ہوتی رہتی ہے۔ اس سے مراد تبدیل مقام نہیں بلکہ اپنے مقام میں رہتے ہوئے بھی تیزی اور سستی کا قانون جاری رہتا ہے۔ اور ہر حالت میں نفس متساویہ کا وجود پایا جائیں گا۔ خواہ وہ تیزی سے سستی کی طرف یا سستی سے تیزی کی طرف مائل ہو رہا ہو اور آپ جب غور کریں گے تو ہر مقام پر نفس متساویہ کا وجود پائیں گے۔ اسی لئے اس کو نفس کاملہ کہا گیا ہے اور اس کا رنگ بھی غیر معین ہے۔ اہل بصیرت ہر رنگ میں اس کا رنگ دیکھ لیتے ہیں۔

بہر رنگے کہ خواہی جامہ می پوش　من انداز قدت را می شناسم

لیکن یہ دقیق اور باریک مقام محل استدلال نہیں اور ان سے نتیجہ اخذ کرنا ان اصحاب کا کام ہے جو اس علم میں درک کامل حاصل کر چکے ہیں۔ بالفاظ صحیح اسے حال کہہ سکتے ہیں۔ جو قال کی رنگ آمیزی سے خالی ہے اور میں اس تاریک پہلو کو روشنی میں لانے سے مجبور ہوں۔ جس انداز قد کو لباس تحریر نہ پہنا سکیں اس سے دامن بچا کر ہی چلنا مجبوری ہے بس ہم اس نفس متساویہ ظاہرہ سے نتیجہ اخذ کر سکتے ہیں۔ جب سر داہنی طرف سے بائیں طرف یا بائیں طرف سے داہنی طرف تبدیل ہوتے ہوئے درمیان میں نفس متساویہ چلتا ہو اس سر میں حسب ذیل کام کرنا مفید اور خوب ہیں۔ افسروں اور حاکموں سے ملاقات کرنا' خیرات کرنا' یا کوئی مکان عبادت یا علم و ہنر کی تعلیم کے لئے بنایا جائے۔ جیسے مسجد مدرسہ مندر' آشرم وغیرہ بیاہ شادی کرنا' نئے کپڑے پہننا' متبرک

اور مقدس مقامات کی زیارت کے لئے سفر کرنا۔ اگر کسی غلط طریق پر جسم میں زہر داخل ہو گیا ہو تو اس کے نکالنے کے لئے دوا یا آلات کا استعمال کرنا اور اسی قسم کے امور کرنا باعث کامیابی ہوتے ہیں۔

قسم چہارم

ہر سہ اقسام بالا وہ ہیں جن کا ذکر علم النفوس کے متداول رسالوں میں پایا جاتا ہے اور یہ ہی تین قسمیں مشہور ہیں اور ابتدائی تعلیم علم النفس کے لئے نیز دنیوی امور اور سوالات و جوابات حاصل کرنے کے لئے یہ اقسام ثلثہ مستعمل ہیں۔ بقایا قسم چہارم و پنجم و ششم و ہفتم خاص ارکان ہیں اور اس سے مخصوص اصحاب ہی فائدہ حاصل کر سکتے ہیں۔ یعنی یہ تقسیم مسلسل ہے۔ جب ان ہر سہ اقسام بالا میں درک تمام اور استعداد کامل ہو جائے۔ بقایا اقسام چہارگانہ سے فیض حاصل کیا جا سکتا ہے۔ جب ضحوائے کبرے کا وقت ہو یعنی جب آفتاب نصف النہار پر ہو تو شرع اسلام میں اس وقت نماز پڑھنا جائز نہیں۔ حقیقت میں ضحوائے کبرے کی تین قسمیں ہیں اور ہر سہ اوقات میں نماز جائز نہیں۔

اول جب آفتاب نکل رہا ہو۔ دوم جب آفتاب غروب ہو رہا ہو۔ سوم جب آفتاب نصف النہار پر ہوں۔ ان ہر سہ اوقات میں کوئی کام دنیا کا نہ کرو۔ اور کسی سے کوئی بات اہم اور ضروری نہ کرو۔ نہ کسی سے ملاقات کرو۔ بلکہ خاموش خدا کے ذکر میں مشغول رہو۔ اگر کوئی کام آپ نے ضحوائے کبرے سے قبل شروع کر دیا ہے اور ضحوائے کبرے کا وقت آ گیا تو کم سے کم پانچ منٹ کے واسطے اس کام کو ترک کر دو۔ یہ یاد رکھو کہ کسی کام کا آغاز ہرگز نہ کرو۔ طلوع اور غروب کا وقت تو سب ہی پہچانتے ہیں۔ ہاں درمیانی وقت یعنی جب دن دو حصوں پر برابر تقسیم ہو۔ اس کی شناخت اہل ہی کر سکتے ہیں۔ لیکن موٹا سا حساب یہ ہے کہ جب دن کے ۱۲ بجے تب ضحوائے کبرے کا وقت سمجھیں۔ جس طرح طلوع و غروب میں روزانہ کمی بیشی رہتی ہے۔ اس طرح ضحوائے کبرے میں بھی روزانہ تبدیلی ہوتی ہے اور اس کا حساب یہ ہے کہ طلوع آفتاب سے غروب آفتاب تک جس قدر گھنٹے اور منٹ کا دن ہو اس کا پورا نصف ضحوائے کبرے ہے۔ اس وقت جو کام شروع کیا جائے۔ وہ بخیر و خوبی انجام پر نہیں پہنچتا۔ یہ وقت بالکل خاموش اور عبادت کا ہے یہ واضح رہے کہ

اکثر اہل علم نے نفس متساویہ میں کام کرنے کی ممانعت کی ہے۔ اگر آپ اس علم کی کتب دیکھیں تو معلوم ہوگا کہ اکثر و بیشتر اصحاب نے نفس متساویہ (دیکھو قسم سوم) میں ہی کام کرنے کی ممانعت کی ہے مگر مجھے اس سے اتفاق نہیں کیونکہ میں تشریح کر چکا ہوں کہ نفس متساویہ ہر رکن کے اندر پایا جاتا ہے۔ کوئی جز نفس متساویہ سے خالی نہیں نفس متساویہ سے مراد وقت مساوی مراد لو۔ یعنی جب دونوں وقت مل رہے ہوں اسی وقت کوئی کام نہ کرو۔ نہ کسی سوال کا جواب حاصل کرو نہ سفر کرو؛ غرض کہ جو کام بھی ان اوقات میں کیا جائے گا وہ حسب منشاء نہ ہوگا۔ اصطلاح تصوف میں اس کا نام نفس الامارہ ہے۔ اس کا رنگ نیلگوں سرخی مائل ہے اور اس کا ستارہ مریخ ہے۔

قسم پنجم

اس کا نام نفس الراضیہ ہے۔ اس کا رنگ سبز ہے اور ستارہ مشتری ہے اور اس کا تعلق ضحوائے کبرے سوم سے ہے۔ یعنی جب آفتاب غروب ہو رہا ہو۔ (طلوع آفتاب یعنی ضحوائے کبرے اول تو شمس سے ہونا بیان ہو چکا) ستارہ مشتری سعد اکبر ہے اور اس کی ساعت میں ہر کام سدھرتے ہیں اور نہایت مبارک ساعت مشتری کی ہوتی ہے۔ لیکن ضحوائے کبرے کی متعلق بغیر کسی استثناء کے کسی کام کا نہ کرنا بیان کیا ہے۔ حالانکہ قرینہ یہ چاہتا ہے کہ مشتری جو سعد اکبر ہے اس میں اہم کام کئے جائیں۔) اس لئے ساعت مشتری میں غروب آفتاب کے وقت کسی دعا یا بدعا کا اثر فوراً ہوتا ہے۔) علاوہ ازیں یکسوئی قلب اور خیالات کا قیام اور تصور کی پختگی اس ساعت میں بہت مفید ہوتے ہیں۔ مسمریزم کی مشق اور کسی شے کا تصور ساعت مشتری میں بہت جلد پختہ ہوتا ہے۔ اگر کوئی آدمی چند یوم تک غروب آفتاب کے وقت صرف پندرہ منٹ خیال کی یکسوئی اور سکون قلب کی مشق کرے۔ پھر جو دعا یا بدعا اس کے منہ سے نکلتی ہے اس میں فوری اثر ہوتا ہے۔ اس طرح اگر مطلوب کا تصور ساعت مشتری میں چند یوم تک کیا جائے تو بے کسی عمل کے تاثیر تمام پیدا ہوتی ہے۔ اور مطلوب مسخر ہو جاتا ہے۔

قسم ششم

اور سانس جب سیدھے نتھنے سے الٹے نتھنے کی طرف عود کرتی ہے تو اس کی ساعت اول کا تعلق زحل سے ہوتا ہے۔ اس وقت اگر درد والی جگہ پر مس کیا جائے تو بے کسی عمل کے درد موقوف ہوتا ہے۔ اگر دور دراز کا سفر کیا جائے تو بہت مفید ہوتا ہے۔ اور کسی امیر یا کسی بزرگ کی خدمت میں حاضر ہو تو اس سے نیک نتیجہ حاصل ہوتا ہے۔ اصطلاح تصوف میں اسے نفس المرضیہ کہتے ہیں۔ اس وقت کی عبادت درجہ قبولیت پر پہنچتی ہے اور وظائف وعملیات میں بھی اثر ہوتا ہے۔ اس کا رنگ سیاہ ہے۔

قسم ہفتم

اور جب سانس الٹے نتھنے کی طرف سے سیدھے نتھنے کی طرف آتی ہے تو اس کی ساعت اول کا تعلق زہرہ سے ہوتا ہے۔ اصطلاح تصوف میں اس کا نام نفس مطمئنہ ہے۔ دم کشی اور زندگی بڑھانے کی کوشش اس ساعت میں بہت موثر ہوتی ہے۔ اس کا رنگ سفید ہے۔ اس وقت قدرتی طریق پر نور کی بارش ہوتی ہے اور انسان اپنے قلب میں ایک اطمینان اور سکون پاتا ہے اور تمام عمل جو پختگی تصور سے متعلق ہوں مفید ہیں۔

نوٹ:

ضحوائے کبرے اول، دوم، سوم ایک مستقل قسم ہے خواہ سر داہنا چل رہا ہو یا بایاں اس سے بحث نہیں ہے۔ اور یہ ایسے امور ہیں کہ جب انسان ان پر علم کرے گا تو خود ہی اثرات معلوم ہوں گے۔ یہاں تک ایک خاص مقدمہ تھا جو میں بیان کر چکا اور انشاء اللہ تعالیٰ میں کسی وقت پھر بھی اسی کتاب میں نفوس چہارگانہ سے بحث کروں گا۔ فی الحال میں اقسام نفوس ثلثہ (شمسی، قمری، مساوی) سے بحث کرتا ہوں۔ اور یہ ہی اس علم میں مشہور باب ہیں۔ ذالک ھوالفوز العظیم۔

اگر چہ جبر و اختیار کا مسئلہ ایسا الجھا ہوا ہے کہ زمانہ دراز کی بحث و تمحیص اس گرہ کو نہ کھول سکی۔ حکماء اور علماء کے بیحد تناقض آپ کو اس بحث میں ملیں گے۔

لیکن یہ سب جولانی طبع کی یاد رفتاری اور شوخی علم کی رنگ آمیزی ہے علم میں ایسی طاقت ہے کہ غلط کو صحیح اور صحیح کو غلط کر دکھاتا ہے۔ لیکن حقیقت بالکل سامنے ہے۔ یعنی جب انسان اپنے افعال و کردار کا محشر کے دن جواب دہ اور اپنے امور کا کفیل ہے اور اس پر جزا و سزا مرتب ہے تو اختیار کا ہونا بھی لازمی ہے۔ اگر یہ کہا جائے کہ انسان از سرتا پا مختار ہے یہ بھی صحیح نہیں اگر مجبور محض مان لیا جائے۔ تب بھی عقل سلیم مان لینے کو تیار نہیں۔ اور اس الجھے ہوئے معاملہ کو بھی چھوڑ دو اس کے تسلیم کرنے میں تو چارہ نہیں ہو سکتا کہ خدائے ذوالجلال نے انسان کو پیدا کر کے اس کی حوائجات اور ضروریات کی تکمیل مختلف قسم سے کی ہے۔ دیکھو جب قدرت نے انسان میں تشنگی کا مادہ پیدا کیا تو اس کے دفع کے لئے پانی بھی پیدا کیا اگر تشنگی ہوتی اور پانی نہ ہوتا تو نظام کائنات میں خلل پیدا ہو جاتا۔ اسی طرح جب انسان کی حیات کا دار و مدار رزق پر رکھا تو قسم قسم کے ماکولات بھی پیدا کئے۔ ساتھ ساتھ عقل سلیم اور فکر بلیغ عطا فرمائی کہ ہم ان عطیات خداوندی سے فیض حاصل کریں۔ جب اللہ تعالیٰ نے موسم سرما پیدا کیا تو اس سے نجات کے واسطے روئی اور اون بھی پیدا کیا اور انسان کو عقل بالغ عطا فرمائی کہ وہ اس سے کپڑے تیار کر کے زحمت سرما سے نجات پائے۔ غرض کہ اگر آپ تعمق نظری اور ژرف نگاہی سے کام لیں تو معلوم ہوگا قدرت نے انسان کو مجموعہ حاجات بنایا ہے۔ لیکن ہر حاجت کی تکمیل قدرت نے پہلے ہی مہیا کر دی ہے اور اس کا طریق استعمال بھی قدرت نے ہی سمجھا دیا ہے۔ لیکن باوجود تعلیم فطرت اور نظر بالغ کے پھر بھی انسان تعلیم و تعلم کا محتاج ہے۔ دبستان فطرت میں انسان کو درس خلق الانسان علمه البيان سے مکمل کہہ دیا ہے۔ لیکن جب قانون ان الانسان كان ظلوما جهولا انسان جہالت کی تاریکیوں میں راہ گم کردہ بھٹکتا رہتا تھا جس کے لئے قدرت نے دنیا میں علم و حکمت کے مدرسہ جاری کئے اور اس مدرسہ علم و ادب میں ایک انسان کامل کو مسند رشد و ہدایت پر جلوہ گر فرمایا جو علمه شديد القوى کی تعلیم سے کامل اور اکمل ہو چکا تھا۔ اور جاہل انسان کو ہدایت کی کہ فاسئلوا اهل الذكر ان كنتم لا تعلمون. اس تعلیم گاہ میں مختلف علوم و فنون سکھائے جاتے ہیں۔

ان میں سے ایک اور درس یہ بھی ہے کہ انسان اپنے دنیوی کام اور بگڑے ہوئے مقاصد

درست کر سکے۔ اگر درس احادیث پاک پر تفصیلی نظر ڈالیں تو معلوم ہو گا کہ اگر تشنگان چشمہ وحدت اپنی تشنگی اس انسان کامل کے فیض سے بجھا رہے ہیں۔ تو دوسری طرف دنیوی ہموم وغموم کے مجروح بھی مرہم شفا حاصل کر رہے ہیں۔ غرض کہ یہ مدرسہ قدرت ہر درد کا علاج اور ہر دکھ کا درماں کرتا ہے۔ یہ شفاخانہ رحمت مخصوص نہیں ان مختلف علوم میں سے جن کو انسان اپنے بگڑے ہوئے کاموں میں استعمال کرتا ہے۔ ایک علم علم النفس بھی ہے اور یہ رسالہ ان ہی قوانین وقواعد پر مشتمل ہے چونکہ یہ علم قدرتی ہے اور حسب قانون الدین یسر اس علم کے قوانین وقواعد نہایت سہل اور سیدھے سادھے ہیں۔ اس میں نجوم، رمل، جفر، سامدرک، علم الاعداد، علم الاسرار وغیرہ وغیرہ کی پر پیچ گھاٹیاں اور ناہموار راستے نہیں چند دن کی مشق سے انسان اس علم کا ماہر بن سکتا ہے۔ نہ اس میں ضرب وتقسیم کی ضرورت ہے۔ نہ نظیرہ اور استنطاق کی حاجت ہے۔ صرف معمولی سے تین سبق ہیں اپنے ایک نتھنے کو انگلی سے بند کرو۔ اور اس سے ہوا نکالو۔ پھر پہلے بند کئے ہوئے کو کھول دو اور دوسرے کو انگلی سے بند کر کے سانس نکالو۔ تم کو معلوم ہو گا کہ ایک نتھنے سے سانس صاف اور زور سے نکل رہی ہے اور ایک سے مقدار میں کم نکل رہی ہے۔ بس جس سے صاف ہوا زور سے نکلے اسے چلتا سر کہتے ہیں اور جس سے رک رک کر ہوا نکلے اسے بند سر کہتے ہیں۔ اگر دونوں نتھنوں سے برابر ہوا نکل رہی ہے تو اسے نفس متساویہ کہتے ہیں۔

یہ قانون میں صفحات گذشتہ میں بیان کر چکا ہوں۔ بس یہ علم ان ہی تین ابواب پر تقسیم ہے۔ جسم انسانی میں دو قوتیں برابر کام کر رہی ہیں اور ان دو قوتوں پر انسان کی زندگی کا دارومدار ہے۔ ایک قوت باہر سے اندر آتی ہے۔ ایک قوت اندر سے باہر کو جاتی ہے۔ اگر اس آمدورفت کا سلسلہ بند ہو جاتے تو انسان فنا ہو جاتا ہے۔ باہر سے اندر لانے کا کام شمس سے متعلق ہے اور اندر سے باہر لے جانے کا کام قمر سے متعلق ہے۔ لیکن عقل سلیم اس نکتہ پر غور کرتی ہے کہ اس آمدورفت میں ایک اصول مساوات قائم ہونا چاہیے۔ اگر کوئی شے وزن سے زائد ہو جائے گی۔ (خواہ وہ آنے والی ہو یا جانے والی) تو نظم وترتیب میں فرق ہو جائے گا۔ اس کے لئے قدرت نے نفس متساویہ کو میزان بنا دیا ہے۔ نفس متساویہ کا یہ ہی کام ہے کہ وہ درجہ اعتدال کو قائم رکھے اور وہ جو چیز اندر آنے والی ہے وہ حد سے زیادہ نہ آ جائے اور جو شے باہر جانے والی ہے اور اندازہ

سے زیادہ باہر نہ نکل جائے۔ لیکن یہ قوتیں کسی خارجی وجہ سے کبھی کبھی اپنے مفوضہ کام میں معطل ہو جاتی ہیں اور ان کا تعطل ہی انسان کی بیماری مرض اور کام کاج بگڑنے کا سبب ہو جاتے ہیں۔ اس علم کا جاننے والا اس وزن کو قائم رکھ سکتا ہے علی الخصوص جب نفس متساویہ اپنے فرائض مفوضہ میں معطل ہو جائے اور ظاہر ہے کہ ہر شے میں توازن اور تناسب کا ہی قانون جاری ہے۔ جب کسی شے میں توازن وتناسب کا قانون شکست کا خیال کرتا ہے۔ انسان کے جسم میں اربعہ عناصر کی حکومت ہے۔ جب تک اربعہ عناصر میں توازن قائم ہے انسان تندرست ہے۔ جب قانون توازن شکست ہوا کوئی نہ کوئی بیماری پیدا ہوئی اس تناسب کو قائم کرنے کے لئے انسان کو علم طب سکھایا گیا اور جڑی بوٹیوں کی تاثیرات کا علم عطا فرمایا گیا۔ جب انسانی مشین میں کوئی خرابی پیدا ہو جاتی ہے تو ادویات کے ذریعہ اس کی درستگی کر دی جاتی ہے۔ اسی طرح جب انسان کا کوئی کام بگڑ جاتا ہے یا بگڑنے لگتا ہے تو اس کی تکمیل ہو سکتی ہے اور اس حصہ کی تکمیل کا نام علم النفس ہے اور ان ہی قوانین پر یہ رسالہ مشتمل ہے۔

قانون:

قمری نفس جب سانس بائیں نتھنے سے زیادہ زور سے نکل رہی ہو شمال ومشرق سے منسوب ہے۔ جب قمری سر چل رہا ہو تو آپ شمال ومشرق کی طرف چلئے کامیابی یقینی ہے۔ اگر برعکس آپ مغرب کی طرف کے کام کیجئے سب کام درست اور حسب منشاء کامیابی پر ختم ہوں گے۔ اگر دونوں نتھنوں سے سانس برابر جاری ہو تو اس وقت کوئی کام دنیا کا نہ کریں۔ یہ وقت عبادت اور ریاضت کا ہے۔ اور دعا بددعا کی قوت اس میں یعنی نفس متساویہ میں قدرت نے ودیعت رکھی ہے۔ (چار اقسام جو میں سابقہ اوراق میں بیان کر چکا ہوں ان سے اس وقت بحث نہیں ہے وہ ایک باب علیحدہ ہے جس کو میں آگے چل کر بیان کروں گا اگر کسی جگہ کسی مسئلہ میں تعارض اور مخالفت واقع ہو جائے تو آپ اس میں نہ الجھیں سابقہ اوراق میں مختلف بحث ہے اور اب میں اقسام ثلثہ کو جداگانہ اور اقسام اربعہ کو علیحدہ بیان کر رہا ہوں موجودہ درس اقسام ثلثہ سے ہی متعلق ہے اقسام اربعہ سے یہاں کوئی تعلق نہیں ہے۔)

قانون:

بظاہر سانس نتھنوں سے آتی جاتی ہے لیکن اس کا منبع اور خزانہ ریڑھ کی ہڈی ہے سانس ریڑھ کی ہڈی سے ہی خارج ہوتی ہے اور اس جگہ جمع ہوتی ہے قمری سر کا تعلق ریڑھ کی ان ہڈیوں سے ہے جو الٹی طرف خمیدہ ہوتی ہیں اور شمسی سر کا تعلق ان ہڈیوں سے ہے جو سیدھی طرف جھکی ہوتی ہیں۔ اور نفس متساویہ کا تعلق درمیانی گرہوں یعنی جوڑ دن سے ہے عالمان علم النفس نے نفس متساویہ کو آگ اور موت سے تشبیہ دی ہے جس قدر ناسازگار امور حیات دنیوی میں واقع ہوتے ہیں۔ یعنی غم، فکر، موت، قرض، نقصان، لڑائی فساد وغیرہ وغیرہ وہ سب نفس متساویہ سے متعلق ہیں۔ اس کے امتحان کے لئے جب آپ غور کریں گے تو صاف ظاہر ہو جائیں گا کہ جب کوئی فکر و غم اندیشہ اور خطرہ کی بات پیدا ہوگی وہ اس وقت انسان پر وارد ہوگی جب سانس دونوں نتھنوں سے برابر چل رہی ہوگی اب یہاں ایک اعتراض وارد ہوتا ہے اور وہ یہ ہے کہ نفس متساویہ چند منٹ کے لئے چلتا ہے کیونکہ قمری اور شمسی سر کی حیات دو گھنٹہ (کم و بیش) سے زیادہ نہیں لیکن ایک بیماری ایک مقدمہ، ایک جھگڑا، بعض اوقات برسوں اور مدت مدید تک چلتا رہتا ہے۔ قاعدہ یہ چاہتا ہے کہ جب سبب ختم ہو گیا تو اسباب بھی ختم ہو جانا چاہئیں۔ جس سر یا ستارے کی نحوست نے ادبار اور نکست پیدا کی تھی جب وہ تبدیل ہو گیا تو اس کی نحوست بھی حسب قاعدہ ختم ہونا چاہئے۔ لیکن مشاہدہ شاہد ہے کہ زخم پہنچنے اور کسی عضو کے مجروح ہونے میں ایک منٹ صرف نہیں ہوتا مگر وہ زخم مدت مدید میں اچھا ہوتا ہے۔ بارش تھوڑی دیر ہو کر ختم ہو جاتی ہے لیکن نمی کا اثر مدتوں تک رہتا ہے۔ آگ جل کر اندک وقت میں فرو ہو جاتی ہے مگر اس کی حرارت اور گرمی بہت دیر تک قائم رہتی ہے۔ اسی طرح اگر آپ غور کریں گے تو سبب بہت جلد ختم ہو جاتا ہے مگر اس کے اسباب و اثرات عرصہ تک قائم رہتے ہیں۔

قانون:

آپ امتحان کریں قمری سر ٹھنڈا ہوتا ہے۔ اور شمسی سر گرم ہوتا ہے۔ خوب غور سے معلوم کرو جب قمری سر چلتا ہوگا۔ جسم میں ٹھنڈک اور سردی ہوگی اور اور جب شمسی سر چلتا ہوگا تو جسم میں گرمی ہوگی بعض اصحاب کو کئی گھنٹہ بلکہ دن رات بخار رہتا ہے۔ اور بدن پھکتا ہے علی الخصوص تپ

محرقہ کے مریض ہر وقت بخار میں جلتے رہتے ہیں۔ حالانکہ اس قاعدہ کی رو سے جب قمری سر چلنے کا وقت آئے تو جسم میں سردی پیدا ہونا چاہئے حالانکہ ایسا نہیں ہوتا۔ اس کے واسطے آپ غور کریں تو معلوم ہوگا کہ قمری اور شمسی سر کا اثر نمایاں نظر آئے گا۔ اگر آپ آلہ مقیاس الحرارت (تھرمامیٹر) سے دیکھیں۔ تو معلوم ہوگا کہ شمسی سر میں حرارت زیادہ اور قمری سر میں حرارت کم ہو گی۔ وہ اسباب اور اخلاط جن سے حرارت پیدا ہوتی ہے۔ وہ اس قدر قوی ہو چکے ہیں کہ تنفس (سر) کی قوت پر غالب آ جاتے ہیں۔ اس لئے قمری سر من کل الوجوہ تو حرارت کو دور نہیں کر سکتا۔ لیکن اپنی فطرت کو بھی ترک نہیں کرتا اور اپنی قوت کے مطابق کم ضرور کر دیتا ہے۔ جیسا کہ مشاہدہ گواہ ہے کہ بخار ابھی تیز تھا ابھی کم ہو گیا اسی طرح دن رات میں کئی مرتبہ کم اور زیادہ ہوتا رہتا ہے۔ یہ نہیں ہو سکتا کہ کسی کو بخار یکساں رہے۔ یہ تغیر و تبدل اور کمی و بیشی قمری و شمسی سر کے اثرات کے ماتحت ہے۔

قانون:

تنفس یا سانس ہوا کا نام ہے لیکن تین قوتیں متضاد انسان میں ہر وقت کام کر رہی ہیں ایک قوت کا کام ہوا کو اندر بھیجنا ہے۔ دوسری قوت کا کام ہوا کو باہر نکالنا ہے۔ تیسری قوت کا کام ہوا کو جسم کے ہر ہر حصہ میں پھیلانا ہے۔ ان سب کے نام اور اقسام اس علم کی دوسری کتابوں میں موجود ہیں۔ لیکن اس رسالہ کے اسباق سے ان کا کوئی تعلق نہیں ہے اور نہ ہی علم النفس سے کوئی خاص تعلق ہے نہ کسی جگہ ان ناموں سے کوئی کام لیا گیا ہے۔ اس لئے میں ان باتوں کو ترک کرتا ہوں۔

قانون:

جب ہوا اندر جاتی ہے تو اس کی رفتار دس انگلی تک ہوتی ہے۔ (بشرطیکہ حالت سکون کی ہو اور ٹھہر ٹھہر کر سانس لی جا رہی ہو) اور جب باہر نکلتی ہو تو یہ لمبائی بارہ انگل تک ہو جاتی ہے مراد یہ ہے کہ سانس جب اندر کی طرف جاتی ہے تو کم ہوتی ہے اور جب باہر کی طرف نکلتی ہے تو زیادہ تعداد ہوتی ہے۔ یہاں ایک شبہ پیدا ہوتا ہے کہ جو سانس اندر کو جاتی ہے وہ ہی باہر نکلتی ہے۔ جب اندر جانے کی مقدار باہر نکلنے سے کم ہے تو زائد مقدار آتی کہاں سے ہے۔ اس کا جواب یہ ہے کہ

جو ہوا باہر سے اندر جاتی ہے وہ صاف اور لطیف ہوتی ہے اور جو باہر کو نکلتی ہے وہ سدنی اور غلیظ ہوتی ہے۔ انسان جو کھاتا اور پیتا ہے وہ معدہ میں جا کر پکتی ہے اور اس وقت لطیف بخارات نکلتے ہیں ان بخارات کے شامل ہونے سے ہوا کی جسامت اور مقدار بڑھ جاتی ہے اور یہ حکم مطلق کی خاص حکمت ہے۔ اگر باہر نکلنے کی مقدار کم ہوتی تو انسان ہر وقت بیمار رہا کرتا اور انسان کے بیمار ہونے کی وجہ خاص یہ ہی ہے کہ بخارات معدہ میں اس قدر کثرت سے ہوئے کہ تنفس کے ساتھ باہر نہ نکل سکے اور کثافت کی وجہ سے اسقدر وزنی ہو گئے کہ باہر نکلنے والی ہوا ان کو لانے میں کمزور ثابت ہوئی۔ وہ کثیف ہوا رگوں میں پھیل گئی اور انسان بیمار ہو گیا۔ آپ کے دل میں یہاں بھی ایک اعتراض پیدا ہوتا ہے کہ اس حالت میں ہر وقت ایک ہی مرض پیدا ہوتا۔ کیونکہ جب مادہ ایک تو امراض مختلف کیوں اس کا جواب یہ ہے کہ انسان کے جسم میں ۷۲ ہزار رگیں ہیں (حسب تحقیق علم النفس) بس جس رگ میں یہ ہوا زیادہ پھیل گئی وہ ہی بیماری پیدا ہوتی ہے اور جب انسان چلتا ہے تو سانس کی لمبائی ۲۴ انگلی تک ہو جاتی ہے اور دوڑنے میں ۴۲ تک تقریر کے وقت ۱۸ گانے یا پڑھنے میں ۱۶ صحبت کے وقت اور بعد صحبت یہ رفتار ۶۵ تک ہو جاتی ہے لیکن حالت خواب میں اس کی طوالت کی مقدار سو تک عالمان علم النفس نے مقرر کی ہے۔ یہ تعداد انتہائی ہے ایک تخمینی حساب سے انسان ۲۴ گھنٹے میں اکیس ہزار چھ سو سانس لیتا ہے۔ لیکن اس میں انسان کے ضعیف اور قوی ہونے کو بھی بہت دخل ہے۔ اب قوی آدمی ۲۴ منٹ میں تقریباً تین سو ساٹھ مرتبہ سانس لیتا ہے۔ نتیجہ یہ اخذ کیا جا سکتا ہے کہ انسان جس قدر دیر میں سانس لے گا اسی قدر اس کی عمر زیادہ ہو گی اور صحت اچھی رہے گی اور اسی قاعدے پر تجربہ کیا گیا ہے کہ جو لوگ ایسا کرم کرتے ہیں جس سے سانس پھول جائے۔ جیسے دوڑنا یا کثرت (ورزش) کرنا۔ اکثر ان کی عمر کم ہوتی ہے۔ بعض مشرقی حکماء بہت دیر تک دنیا میں رہے ہیں۔ ان کی درازی عمر کا راز اس میں مضمر تھا کہ وہ اپنی سانس پر قابو پا لیتے تھے۔ عام طریق پر کوئی آدمی پانچ منٹ سے زیادہ دم کشی نہیں کر سکتا لیکن جب اس کی مشق کی جائے اور حبس دم کیا جائے تو آدمی بہت دیر تک سانس روک سکتا ہے۔ ایک فقیر ۲۴ گھنٹہ تک زمین میں دفن رہ کر زندہ نکلا۔ چوبیس گھنٹے تک حبس دم کرنا قانون فطرت کے خلاف ہے اور میں بحیثیت علم اقرار نہیں کر سکتا کہ چوبیس گھنٹے تک حبس دم کیا جا سکتا ہے۔ اور میں

مجبور ہوں کہ اس واقعہ کو کسی ایسے شعبدے اور راز درون پردہ پر محمول کروں جو میری نگاہوں سے پوشیدہ ہو۔ لیکن آخر میں معلوم ہوا کہ دہلی میں یہ فقیر حبس دم کرتے ہوئے چوبیس گھنٹہ کے بعد سرداب سے مردہ نکلا یعنی وہ شعبدہ منقطع ہو گیا۔ اگرچہ سائنس تو اس کے بھی خلاف ہے کہ آدمی دس منٹ تک بھی حبس دم شاید نہ کر سکے۔ لیکن میں اس کی میعاد زیادہ سے زیادہ پندرہ منٹ تک کر سکتا ہوں۔ بعض معمولی بھیک مانگنے والے فقراء کو دیکھا گیا ہے کہ وہ بازاروں میں بھیک مانگتے ہوئے اپنا منہ اور ناک کے دونوں نتھنے اور کانوں کے سوراخ مٹی سے اس طرح بند کر لیتے ہیں کہ ان میں تنفس کا مطلق راستہ نہیں رہتا بعض کا خیال ہے کہ یہ لوگ مشق سے سانس کے راستے کو پلٹ لیتے ہیں۔ یعنی بجائے منہ اور ناک کے مبرز سے سانس لینے کی مشق کر لیتے ہیں۔ ممکن ہے کہ یہ صحیح ہے اب بالفرض اگر مان بھی لیا جائے کہ حبس دم ایک دراز عرصہ تک کیا جا سکتا ہے۔ لیکن علمی حیثیت سے اس تصدیق مالا یطاق کی ضرورت نہیں علمی قانون کے ماتحت اگر آپ پانچ منٹ سے دس منٹ تک بھی سانس روکنے کی مشق کر سکے تو وہ سب کچھ حاصل کر سکتے ہیں۔ جو ایک کامل حکیم کامل ولی اللہ اور کامل انسان کو حاصل ہو سکتا ہے۔ قدرت کے سربستہ راز آپ پر منکشف ہو جائیں گے اور آپ ایک دانائے حقیقت و معرفت انسان ہوں گے اور اپنی عمر کو دو سو برس تک پہنچا سکیں گے۔ اور یہ خلاف فطرت نہیں آج بھی ترکی میں ایک شخص ڈھائی سو برس کی عمر کا پایا جاتا ہے۔ افغانستان میں ایک شخص دو سو برس کی عمر کا موجود ہے اور تحقیق کرنے سے آپ ایسے بہت سے آدمی دنیا میں پا سکیں گے جن کی عمر بہت زیادہ ہے۔ اس کا ثبوت ہمارے پاس کوئی نہیں کہ یہ لمبی عمر والے شخص حبس دم کیا کرتے تھے یا قوانین علم النفس کے حامل تھے۔ بلکہ قدرت نے ان کو عمر دراز ہی عطا فرمائی ہے۔ ان اشخاص کا ذکر یہاں محض اس لئے کیا گیا کہ کئی سو برس تک کی عمر حاصل کرنا خلاف قانون فطرت نہیں مذہبی طریق پر تو بعض پیغمبروں کی عمر بہت ہی زیادہ تسلیم کی گئی ہے۔ جیسا کہ مذہبی کتابوں میں لکھا ہے کہ حضرت آدم علیہ السلام حضرت شیث علیہ السلام حضرت نوح علیہ السلام کی عمر ہزار ہزار سال کی ہوئی لیکن اس سے انکار نہیں کیا جا سکتا کہ دنیا میں بعض انسان طویل العمر ہوئے ہیں۔ اب بھی اگر کوئی شخص حبس دم کی مشق کر کے اپنی سانس کو پانچ منٹ سے دس منٹ تک روکنے میں کامیاب ہو جائے تو وہ طویل العمر ہو سکتا ہے۔

قانون:

انسان مجموعہ اضداد ہے کبھی بیمار ہوتا ہے۔ کبھی اچھا، کبھی امیر ہوتا ہے کبھی فقیر کبھی خوش ہوتا ہے۔ کبھی رنجیدہ قدرت نے انسان کو ایسا متلون مزاج بنایا ہے کہ ہر وقت اس کی حالت دگرگوں ہوتی رہتی ہے۔ لیکن یہ قانون یاد رکھو کہ جب خوشی، دولت، فارغ البالی نفع ہوگا تو ہمیشہ قمری نفس کے دور میں ہوگا۔ اور آپ تجربہ کریں گے تو اس کو صحیح پائیں گے۔

جب کوئی خوشی اور نفع کی بات ہوگی تو قمری سر میں ہوگی اور جب کوئی نقصان رنج، ملال، بیماری کی بات ہوگی تو نفس شمسی یا نفس متساویہ میں ہوگی۔ علم النفس میں یہ مانا ہوا قانون ہے۔ ابتدائے مشق میں آپ کو بہ تکلف معلوم کرنا ہوگا کہ اس وقت کون سا سر چل رہا ہے۔ لیکن مسلسل مشق کے بعد آپ کو تکلف کی ضرورت نہ ہوگی۔ آپ نے کسی قانون کو استعمال کرتے ہوئے خود پہچان لیا کریں گے کہ اس وقت فلاں سر چل رہا ہے اور یہ شناخت بہت جلد حاصل ہو جاتی ہے۔

قانون:

صبح کے وقت بستر سے اٹھنے سے پہلی لیٹے لیٹے اپنے نتھنوں پر ہاتھ رکھ کر معلوم کرو کہ اس وقت کون سا سر چل رہا ہے۔ جس طرف کا سر چل رہا ہو اسی طرف کے ہاتھ کی ہتھیلی کو چوم کر اپنے چہرہ پر خوب پھیرو۔ اور پھر ہاتھ کو چوم کر اٹھ کھڑے ہو وہ دن نہایت خوشی اور سعادت میں گزرے گا۔ یہ عمل خصوصاً اس دن بہت ہی مفید ہوتا ہے۔ جس دن کوئی اہم کام ہو۔ مثلاً مقدمہ کی تاریخ ہو یا کسی افسر سے ملاقات کرنا ہے۔ یا کوئی خاص نفع نقصان کا کام درپیش ہے۔ اس عمل سے اس کام میں کامیابی ہوتی ہے۔ اسی طرح جس رات میں نیا چاند دکھے (چاند رات) اس کی صبح کو طلوع آفتاب کے وقت دیکھو کہ کون سا سر چل رہا ہے۔ اگر قمری سر چل رہا ہے تو یہ علامات ہیں کہ پندرہ دن تک کوئی شدید مسئلہ پیش نہ آئے گا اور آپ خوشی، ترقی، عزت، کامیابی فتح پائیں گے۔ اگر شمسی سر چل رہا ہے تو پندرہ دن تک مصائب اور آلام تفکرات و ترددات بیماری اور نقصان کے لئے تیار ہو جاؤ۔ اسی طرح پندرھویں تاریخ کی صبح کو طلوع آفتاب کے وقت دیکھو اگر شمسی سر چل رہا ہے تو سعد اور مبارک ہے اور اس کا وہ ہی ثمرہ ہے جو عروج ماہ میں قمری کا تھا۔ اگر قمری سر چل رہا ہے تو حادثات اور واقعات کا ہونا پایا جائے گا اور یہ ایسے اٹل قانون قدرت ہیں جس میں خلاف،

نہیں ہوا کرتا۔ الا ماشاء الله والله غالب علی امرہ ولکن اکثر الناس لا یعلمون قدرت کو ہر وقت اختیار ہے کہ وہ سعد کو نحس اور نحس کو سعد کر دے۔ مگر علم کا قانون یہ ہی ہے اور ایسا ہی ہوتا ہے۔ اگر کبھی اس کے خلاف ہو جائے تو وہ خاص حکم احکم الحاکمین ہے۔ جس میں یارائے دم زدن نہیں۔

قانون:

تقدیر و تدبیر کا مسئلہ بھی ایک لاینحل معمہ ہے۔ اسی کا دوسرا نام جبر و اختیار ہے۔ میں ان پھندوں میں الجھنا نہیں چاہتا۔ عالمان علم النفس کا مذہب اور قانون بیان کرتا ہوں۔ ان کا تجربہ ہے کہ جب خلاف سر چلے تو فوراً تبدیل کر دے اس سے آنے والا واقعہ بند ہو جاتا ہے اور صحت کے واسطے بھی مفید ہے جو لوگ قوانین علم النفس پر عمل کرتے رہتے ہیں۔ وہ ہمیشہ تندرست رہتے ہیں۔ ان کو کوئی بیماری نہیں ستاتی کیونکہ خلاف سر کا چلنا خرابی دماغ و معدہ کی بھی علامت ہے۔

قانون:

ایک ماہر علم النفس کا تجربہ ہے کہ اگر شمسی سر چل رہا ہے اور آپ قمری میں تبدیل کرنا چاہتے ہیں تو داہنے نتھنے میں ذرا سا شہد لگا دو تو مطلوبہ سر چلنے لگے گا۔

قانون:

جس وقت قمری سر شمسی میں تبدیل ہونا شروع ہوتا ہے۔ اس وقت اجزائے دماغ اس قدر منتشر ہو جاتے ہیں کہ خوشبو اور بدبو کا احساس انسان کو نہیں ہوتا۔ اور یہ حالت تقریباً دو منٹ تک رہتی ہے۔ اگر آپ امتحان کریں گے تو معلوم ہوگا کہ دن میں کئی مرتبہ یہ حالت پیدا ہوتی ہے کہ خوشبو اور بدبو کا احساس نہیں ہوتا۔ اور جب قمری سر چل رہا ہو تو دماغ اس قدر حساس ہوتا ہے کہ دور سے اندک خوشبو اور بدبو کا احساس ہو جاتا ہے۔

قانون:

جب کسی اہم واقعہ کے لئے گھر سے نکلو، مثلاً کوئی مقدمہ ہے یا کسی دشمن سے مقابلہ ہے۔ بہر حال کوئی خاص نفع نقصان کی بات کے واسطے گھر سے نکلو تو پہلے وہ قدم گھر سے نکالو جس طرف

کا نتھنا بند ہے۔ گھر سے مراد بیرونی دروازہ ہے۔ اگر آپ اس پر عمل کریں گے تو بہت سے فائدہ پائیں گے۔ کسی دشمن سے مقابلہ ہے اور دشمن قوی ہے جس سے آپ کو خطرہ ہے یا کسی افسر کے سامنے پیشی ہے اور نقصان پہنچنے کا خطرہ ہے۔ بہر حال ہر وہ آدمی جس سے کوئی خطرہ ہو یا آپ حسب منشاء اس سے کام لینا چاہتے ہیں یا اس پر فتح پانا چاہتے ہیں تو اس طرح وہ شخص آپ کا طرفدار ہو جاتا ہے۔ یا نرم ہو جاتا ہے یا آپ سے مغلوب ہو جاتا ہے۔ (جو سر دھیما اور آہستہ چل رہا ہے اس کا حکم بند ہونے کا ہے) خلاصہ یہ ہے کہ جو شخص آپ کے بند نتھنے کی طرف ہوگا وہ آپ کے ہم خیال اور آپ سے کمزور ہو جائیں گا۔ اگر تمہارا دشمن تمہارا افسر چلتے سر کی طرف ہے تو یقیناً اس کی مخالفت زیادہ ہوگی۔ اور آپ کو نقصان پہنچ جائیں گا آپ اس قانون کا تجربہ کریں۔ بالکل صحیح پائیں گے جس شخص سے جو بات منوانا ہو اس کو اپنے بند سر کی طرف بٹھا کر بات کرو۔ جو بات آپ کہیں گے وہ مان لے گا۔ اور ہرگز تمہارے خلاف نہ کرے گا۔ یہاں ایک نکتہ قابل حل ہے۔ جو آپ کے دل میں پیدا ہوگا اور وہ یہ کہ افسروں کے سامنے ہمیں کیا اختیار ہے کہ ہم جدھر چاہیں کھڑے ہو جائیں یا کوئی ایسا موقع ہے کہ ہم کسی شخص کو اپنی خواہش کے مطابق نہیں بٹھا سکتے نہ ہم بیٹھ سکتے ہیں تو وہاں کیا کریں۔ اس کا جواب یہ ہے کہ کسی صورت سے اپنے چلتے سر کو بند کرلو مثلاً آپ کا داہنا نتھنا چل رہا ہے اور مطلوب شخص بھی داہنی طرف ہے۔ تم بند سر کی طرف اسے منتقل نہیں کر سکتے تو ایسی حالت میں کسی طریقے سے اپنا داہنا سر بند کرلو۔ اگر سانس کی تکلیف ہو تو منہ سے سانس لے لو اس طرح بھی اپنی بات منوا سکتے ہو یا دشمن پر فتح پا سکتے ہو۔ یہ ایک خاص اور مجرب قانون ہے۔ اس پر ضرور عمل کرو اور فائدہ پاؤ ایک اور مفید اور قابل عزت تجربہ معلوم کرو کہ اگر کسی شخص کو اپنی بی بی پر قابو حاصل نہیں بی بی زبردست ہے اس پر فتح حاصل نہیں ہوتی تو علم النفس کا عمل زبردست اور تیر بہدف عمل ہے۔

اس عمل کی ترکیب یہ ہے کہ جب عورت ایام ماہواری سے فارغ ہو اور اس وقت مرد کا شمسی اور عورت کا قمری یعنی مرد کا داہنا اور عورت کا بایاں سر چل رہا ہو تو قربت کرے مرد اس پر فتح پائے گا اور بی بی ہمیشہ ہمیشہ تابع فرماں رہے گی۔ مراد یہ نہیں ہے کہ جس دن ایام ماہواری سے پاک ہو اس دن ہی قربت کی جائے بلکہ سات ایام تک اس کی تعداد ہے سات دن کے اندر اندر

قربت کر سکتے ہیں اگر مرد نافرمان ہو اور عورت سے وابستگی اور موافقت نہ ہو تو وہ مرد اس وقت بات کرے جب عورت کا شمسی اور مرد کا قمری چل رہا ہو۔ اب ایک مشکل اس میں یہ ہے کہ اپنا سر تو ہر انسان معلوم کر سکتا ہے دوسرے کا سر کس طرح معلوم کرے اس کے لئے آپ تاریخ سے حساب کر سکتے ہیں جو میں ابتدائی صفحات میں بیان کر چکا ہوں۔ اس حساب سے ہر ایک کا نفس معلوم ہو سکتا ہے یا کسی اور دنیوی ترکیب سے معلوم کرلیں کہ کون سا سر چل رہا ہے۔ علمائے علم النفس نے ایک اور اثر بھی بیان فرمایا ہے جس شخص کے اولاد نہ ہوتی ہو تو وہ ایسے وقت میں مباشرت کرے جب عورت کا قمری (بایاں) اور مرد کا شمسی (داہنا) سر چل رہا ہو تو بحکم خدا اولاد ہوتی ہے اور یہ ایسا عمل ہے کہ اس پر عمل کرنے سے یقینی فائدہ ہوتا ہے۔ الا ما شاء اللہ درمیانی حالات کا بھی حساب اس میں ہے لیکن وہ اس کی تفصیل ہو سکتی ہے جو طوالت کے سبب سے میں نظر انداز کرتا ہوں۔ مذہبی کتابوں میں تحقیق ہے کہ حضرت حوا علیہا السلام حضرت آدم علیہ السلام کی بائیں پسلی سے پیدا ہوئی تھیں۔ چونکہ جسم کے بائیں حصہ کا تعلق قمر سے ہے۔ اس لئے عورت کو قمری سر اور مرد کو شمسی سر سے تعلق ہے۔ لہٰذا جب ایسا وقت ہوگا کہ مرد کا شمسی اور عورت کا قمری سر چل رہا ہو تو باہمی محبت کے جذبات پیدا ہوتے ہیں۔ ایک اور نکتہ بھی معلوم کرو۔ مرد اور عورت آمنے سامنے ایک بستر پر لیٹیں یعنی دونوں کا منہ مقابل کرو اس طرح لیٹنے میں مرد بائیں کروٹ پر ہوگا اور عورت داہنی کروٹ پر اس طرح تھوڑی دیر لیٹے رہیں تو باہمی جذبات محبت پیدا ہوتے ہیں اور اس طرح لیٹنے میں بغیر کسی مزید کوشش کے مخالف سر چلنے لگتے ہیں۔ یعنی عورت کا قمری اور مرد کا شمسی اور اس کا نتیجہ محبت اور یگانگت نیز اولاد نرینہ پیدا ہونے کا سبب ہوتا ہے۔ یہ ایک ایسا زبردست عمل ہے جو اپنے نتیجہ میں فیل نہیں ہوتا۔ اور جو میاں بی بی اس درس پر عمل کریں گے ان کی زندگی ہمیشہ خوش وخرم رہے گی اور دونوں کے دلوں میں لافانی محبت کا سمندر موجزن رہے گا۔ علم النفس کا لطف اس شخص کو آتا ہے اور وہ بھی شخص اس کے سربستہ رازوں پر مطلع ہوتا ہے جو عمل بھی کرتا ہے۔ اس کے قال میں کوئی لطف نہیں ہاں اس کا حال سراسر عجائبات اور تحیرات سے پر ہے جو شخص علم النفس کے کسی قانون پر عمل کرے گا۔ اس کو معلوم ہوگا کہ اس علم کے ہر جز اور ہر ہر حرکت میں حکمت و منفعت کے خزانے بند ہیں لیکن یہ قانون یاد رہے کہ جب کسی مرد کو اپنا ہم خیال کرتا ہے اور اپنی

طرف سے اس کے دل میں جذبات محبت پیدا کرنا ہیں تو مرد کو اپنے بند نتھنے (سر) کی طرف کھڑا کرو۔ دونوں میں جو فرق ہے اس کو سمجھ لو۔

قاعدہ:

میں نے قاعدہ مذکورہ بالا میں بیان کیا ہے کہ پہلے اس طرف کا قدم اٹھاؤ جس طرف کا سر بند ہے لیکن یہ قاعدہ مخصوص ہے دشمن کے مقابلہ کے لئے کسی مقدمہ میں بیان دینے کے لئے کسی افسر کو اپنا ہموا کرنے کے لئے مقدمہ کا فیصلہ انصاف پر کرنے کے لئے اور اسی قسم کے مقاصد کے لئے لیکن جب عام طریق پر آپ گھر سے نکل رہے ہیں اور کسی سے ملاقات کرنا ہے یا تجارت کا لین دین ہے یا کسی سے قرض لینا ہے یا بیاہ شادی کی بات کرنا ہے یا کسی سے شرکت کا قصد ہے۔ اس قسم کے امور میں داہنے بائیں یا قمری' شمسی سر کی قید نہیں۔ گھر کے بیرونی دروازہ پر کھڑے ہو کر دیکھو کہ کون سا سر چل رہا ہے بس جو بھی سر چل رہا ہو۔ (خواہ شمی ہو یا قمری) پہلے اسی طرف کا قدم گھر سے نکالو۔ اپنے مقصد میں کامیاب ہو گئے۔ اگر اس بات کا خیال رکھو کہ دس قدم تک پہلے ہی قدم اٹھاؤ جو سر چل رہا ہو۔ (خواہ وہ شمسی ہو یا قمری) پہلے اسی طرف کا قدم گھر سے نکالو۔ اپنے مقصد میں کامیاب ہو گے۔ اگر اس بات کا خیال رکھو کہ دس قدم تک بھی وہ ہی قدم اٹھاؤ جو سر چل رہا ہے تو پھر کامیابی میں شبہ نہ کرو۔ یہاں یہ بات بھی واضح کر دینے کے قابل ہے کہ شاید آپ کو کسی قاعدے میں خلاف اور تضاد نظر آئے۔ یعنی کسی پہلے قاعدے کے خلاف ہو تو خوب یاد رکھو کہ ثانی قاعدہ اور کسی کی تحقیق ہو گی اگرچہ میں نے مخالف مواقع پر نوٹ لگا دیا ہے۔ (کہ بعض کی تحقیق یہ ہے) تاہم کسی جگہ یہ نوٹ رہ جائے تو اس سے یہ ہی مراد ہو گی کہ پہلا قاعدہ میرا تحقیق شدہ ہے اور دوسرا قاعدہ کسی اور عامل کا آپ فرمائیں گے کہ ان میں سے جج کون ہے تو میں عرض کروں گا کہ ہر شخص اپنی ہی تحقیق کو مستحکم اور مبنی پر حقائق سمجھتا ہے۔ مجھے بھی اپنی ہی تحقیق پر اعتقاد ہے تاہم میں نے ہر بزرگ اور عامل کے اقوال اس میں جمع کر دیئے ہیں۔

لکم دینکم ولی دین.

قاعدہ:

جب گھر سے دو ... راز سفر کے لئے نکلو تو پہلا قدم گھر سے اس وقت نکالو۔ جب قمری سر چل رہا ہو یعنی بایاں نتھنا جاری ہو اور جب سفر نزدیک کا ہے تو شمسی سر میں گھر سے قدم نکالو۔ سفر میں کامیابی ہو گی۔ واضح ہو کہ علم النفس میں چار قسم کے سفر مقرر کیے گئے ہیں۔ نزدیک کا سفر' دور کا سفر' نقصان اور خطرہ سے محفوظ ہونے کا سفر۔ نفع اٹھانے اور مقصد پانے کا سفر۔ ان چاروں سفروں کے لئے جداگانہ قانون ہے۔ جن میں سے دو سفروں کا بیان سطور بالا میں کر دیا۔ اب تیسرے سفر کا حال یہ ہے کہ آپ کو کہیں جانا ہے۔ مگر راستہ میں کسی قسم کا خطرہ ہے۔ آپ کا خیال ہے کہ کوئی نفع مقصود نہیں بس خطرات سے بچ کر منزل مقصود پر پہنچنا ہے۔ مثلاً آپ کو حج مبارک کے لئے یا کسی یاترا اور مقام متبرک کی زیارت کے واسطے جانا ہے۔ ظاہر ہے کہ اس سفر سے کوئی دنیوی نفع مقصود نہیں مگر راستے میں ریل' جہاز' اور قطاع الطریق کا خطرہ ہے تو اس قسم کے سفر میں جاتے وقت پہلے گھر میں یہ عمل کر لو خدا چاہے تو امن وامان سے اپنے گھر واپس آ ؤ گے وہ عمل یہ ہے کہ چلتے وقت اگر شمسی سر چل رہا ہو۔ تو داہنے ہاتھ کی ہتھیلی نتھنے کی طرف کرو۔ (شمسی کی طرف) تاکہ قدرے ہوا لگ جائے اس ہاتھ کو اپنے تمام جسم پر ملو اسی طرح پانچ مرتبہ کرو اور داہنا پاؤں اٹھا کر پانچ مرتبہ زمین پر مارو اور خدا کا نام لے کر چل دو بحکم خدا امن واماں اور بہمہ وجوہ خیریت سے گھر واپس آ ؤ گے۔

اگر قمری یعنی بایاں سر چل رہا ہے تو یہ عمل چار مرتبہ کرو۔ عمل میں کوئی فرق نہیں ہے۔ صرف تعداد میں فرق ہے۔ شمسی میں پانچ مرتبہ اور قمری میں چار مرتبہ یہ عمل کرو اور اس سے نفع حاصل کرو۔ ایک قانون یہ بھی یاد رکھو کہ ریل پر' موٹر پر' گھوڑے پر' سائیکل پر غرض کہ کوئی سواری ہو اس پر سوار ہوتے وقت ایک لمبا سانس اندر کو کھینچو اور پہلا قدم اس سواری پر رکھ کر سانس باہر نکالو۔ راستہ میں امن اور آسائش پاؤ گے شمسی اور قمری سر کی تقسیم حدود اربعہ پر میں ابتدا میں بیان کر آیا ہوں۔ اور آسانی کے واسطے پھر گذارش ہے کہ قمری سر میں مشرق اور شمال کی طرف سفر کرو اور شمسی سر میں مغرب اور جنوب کا سفر کرو۔ اس سے سفر میں کامیابی ہوتی ہے اب کوئی وقت ہے کہ آپ کو جانا ضرور ہے مگر سر خلاف ہے تو اس کے واسطے وہ ہی عمل کر لو یعنی جسم پر ہاتھ کو پھیرنا اور قدم زمین

پر مارنا۔ (اس سے اوپر والے قاعدہ میں یہ ہی بیان ہے۔) اس عمل سے وہ نحوست دور ہو جاتی ہے جو خلاف سر میں سفر کرنے سے پیدا ہونے کا احتمال ہے۔

قاعدہ:

بعض اصحاب کو ضعف معدہ اور سوء ہضم کی شکایت رہتی ہے۔ اشتہا نہیں ہوتی۔ کھانے کے بعد دل بگڑ جاتا ہے۔ تبخیر پڑتی ہے۔ کھانے کے بعد نبض کی حرکت غیر معمولی تیز ہو جاتی ہے غرض کہ پیٹ کی کوئی تکلیف ہو تو آپ اس قانون پر عمل کریں۔ ایک ہفتہ میں تمام شکایات دور ہوں گی اور کسی قسم کا خلل پیٹ میں نہ ہوگا۔ بھوک کھلے گی آپ بغیر دوا کے حیرت انگیز نتائج اس کے دیکھیں گے۔ (وہ قانون یہ ہے کہ جب شمسی سر چل رہا ہو تو کھانا کھائیے۔ اور کھانا کھا کر پانچ منٹ کے واسطے دائیں کروٹ پر لیٹ جائے۔ بس اتنے عمل سے سب شکایات دور ہوں گی) جو شخص اس کا التزام کرلے کہ کھانا ہمیشہ شمسی سر میں کھایا کرے اور پانی پینے اور پیشاب کرنے ان دو کاموں کے لئے قمری سر کی عادت کرے تو اس کی تندرستی ہمیشہ قائم رہتی ہے اور ایسا شخص کبھی بیمار نہیں ہوتا اگر آپ اسی ایک قانون پر عمل کرلیں تو معلوم ہو جائے گا کہ علم النفس کس قدر زبردست اور پر منفعت علم ہے۔ یہ تو ظاہر ہے کہ تمام قوانین پر عمل کرنا بہت دشوار ہے۔ اور سب قوانین پر عمل نہیں کیا جا سکتا۔ تاہم ان ان گنت قوانین میں سے ایک قانون پر بھی آپ عمل کریں گے تو معلوم ہو جائے گا کہ یہ سب تجربات صحیح ہیں اور علم و حکمت کی باتیں ہیں۔ خالی صفحہ سیاہ کرنا نہیں ہے نہ بے وجہ آپ کا وقت خرچ کیا جا رہا ہے۔ نہ بے سبب دماغ چاٹا جا رہا ہے۔ یہ تجربے اور حکمت کے قانون ہیں مگر لطف جب ہی ہے کہ کتاب پڑھ کر سرمایہ طاق نہ کر دی جائے بلکہ اس کو مطالعہ میں رکھیں۔ اور وقت پر کسی قانون کا تجربہ کریں میں امید کرتا ہوں کہ انشاءاللہ آپ کی زندگی میں ایک مرتبہ اس کتاب کا ایک قانون آپ کو اس قدر فائدہ اور نفع پہنچا دے گا جو بیش بہا ہوگا باوجود کہ آپ نے اس کتاب کی قیمت بہت ہی معمولی دی ہے۔

بعض اصحاب کو باری کا بخار یا لرزہ آتا ہے اور اس کا ایک وقت معین ہوتا ہے۔ جس زمانے میں علم النفس سے مجھے واقفیت نہ تھی تو میں حیران تھا کہ لرزہ وقت معینہ پر آتا ہے یا درد سر کی شکایت وقت معینہ پر ہوتی ہے۔ یا بخار کی شدت وقت مقررہ پر ہوتی ہے۔ بعض لوگوں کو دراز

عرصہ تک تجاری آتی ہے۔ بعض کو چوتھیا (چوتھے دن لرزہ آنے کا چوتھیا اور تیسرے دن آنے کو تجاری کہتے ہیں۔) لیکن اس کا وقت ایسا معین ہوتا ہے کہ منٹوں کا فرق نہیں ہوتا۔ مجھے تعجب ہوتا تھا کہ آخر یہ کوئی ذی حس بیماری ہے یا اس کے پاس گھڑی ہے کہ جہاں وہ وقت معینہ آیا اور یہ سوار ہو گیا۔ اس تعین وقت کی کیا وجہ ہے۔ آخر علم النفس کے مطالعہ سے یہ مسئلہ حل ہو گیا کہ ان مرضوں کا تعلق علم النفس اور سیارگان سے ہے۔ جب اس سے منسوبہ گردش پر ستارہ آتا ہے اور سانس چلتی ہے اس وقت اس مرض کا دورہ ہوتا ہے اب آپ بھی امتحان کریں کہ جب اس قسم کے امراض کا دورہ ہوگا تو ایک ہی سر میں ہوگا۔ شمسی میں یا قمری میں۔ ایسا ہرگز نہیں ہو سکتا کہ کبھی دورہ شمسی سر میں پڑے کبھی قمری سر میں۔ اور جب سر تبدیل ہوتا ہے۔ دورہ میں بھی تخفیف ہوتی ہے۔ مرگی کا دورہ خود علم النفس سے منسوب ہے۔ نفس متساویہ میں ایک وقت ایسا آتا ہے کہ پلک مارنے کی مدت کے لئے دل کی حرکت بند ہو جاتی ہے۔ ادھر دل کی حرکت بند ہوئی اور آدمی بے ہوش ہو کر گرا۔ اس کا نام مرگی ہے۔ یعنی دل کی حرکت بند ہو جانا میں اس کا طریقہ علاج بتاتا ہوں۔ جو صاحب اس پر عمل کریں گے وہ بے دوا کے صحت پائیں گے۔ بالکل معمولی علاج ہے۔ پہلے اس کی تحقیق کرلو کہ کس سر میں دورہ آتا ہے۔ (مرگی سے یہاں بحث نہیں) صرف تپ' لرزہ اور درد سر تین بیماریوں کے لئے یہ علاج ہے۔ جب یہ تحقیق ہو جائے کہ فلاں سر میں دورہ پڑتا ہے تو دورہ سے پندرہ منٹ پہلے اس سر کو بند کردو کہ وہ چلنے ہی نہ پائے دو تین دفعہ کی مشق میں دورہ موقوف ہو گا۔ مثلاً آپ کو تحقیق ہوا کہ شمسی سر میں دورہ آتا ہے۔ تو یقیناً پہلے قمری سر چل رہا ہوگا۔ جب شمسی تبدیل ہوگا فوراً دورہ پڑے گا۔ آپ پندرہ منٹ پہلے یہ انتظام کرلیں کہ داہنے نتھنے کو روئی سے بند کردیں۔ بائیں نتھنے سے سانس لیتے رہیں آپ دیکھیں گے کہ پہلے ہی دن دورہ کمزور آیا اور دو تین مرتبہ میں عمل کرنے سے بالکل موقوف ہوگا۔ آپ کے خیال میں یہ اعتراض پیدا ہوگا کہ جب ہم نے اس منبع اور مطلع کو بند ہی کر دیا تو پھر سبک اور ہلکا بھی کیوں آیا۔ اس کو پہلے دن ہی نہ آنا چاہئے۔ یہ اعتراض بادی النظر میں وزنی اور قابل قبول ہے۔ لیکن آپ برابر پڑھتے آرہے ہیں کہ سیارگان سے نفس کا تعلق ہے۔ شمسی' قمری سر نام ہی چاند اور سورج کا ہے۔ یعنی سانس اور ستارے دونوں مل کر اثر کرتے ہیں۔ آپ نے دو اسباب میں سے ایک کو بند کر دیا۔ لیکن شمس یا قمر

کی رفتار کو بند نہیں کر سکتے۔ اس لئے ایک سبب باقی رہ جاتا ہے۔ لیکن ایک پایہ ٹوٹ جانے کا یہ اثر پہلے دن ہی ہوگا کہ دورہ کمزور ہوگا۔ دو تین مرتبہ میں بالکل جاتا رہے گا۔ کیونکہ تنہا ستارے کی قوت کچھ نہیں کر سکتی یہاں ایک اعتراض بہت ہی وزنی اور پیدا ہوتا ہے اور میں امید کرتا ہوں کہ اس کا جواب آج تک کسی کتاب میں آپ نے نہ دیکھا ہوگا۔ سوال یہ ہے کہ سانس تو ہر دو گھنٹے کے بعد تبدیل ہوتی ہے۔ اور سیارگان بھی ہر وقت آسمان پر موجود ہیں۔ پھر دورے کا وقت دوسرے تیسرے چوتھے دن کیوں اگر شمسی سر میں دورہ پڑتا ہے تو ہر دو گھنٹہ کے بعد شمسی سر چلتا ہے۔ اسی طرح قمری بھی۔ اس کا جواب یہ ہے کہ امراض کا تعلق اخلاط سے بھی ہوتا ہے یعنی سودا، صفرا، بلغم، خون اسی طرح چاند اور سورج کی شعاعوں سے بھی ان ارکان ثلثہ کا اجتماع اس دورے کا سبب ہوتا ہے۔ اگر ایک رکن بھی خارج ہے تو دورہ کا زور کم ہوگا اور یا بالکل نہ ہوگا۔ اور جب دورہ کی ابتدا ہوئی تھی تو چند اسباب کے اجتماع سے ہوئی تھی۔ اگر روزانہ کے اسباب جمع ہوئے تھے تو روزانہ اور تجاری کے اسباب جمع ہوئے تھے تو تجاری شروع ہوئی تھی۔ (وقس علی ھذہ) پس جن اسباب کے اجتماع نے پہلا دورہ پیدا کیا تھا۔ جب وہ اسباب جمع ہوتے ہیں دورہ پڑ جاتا ہے ان ارکان ثلثہ کا دفعیہ بھی علیحدہ علیحدہ ہے۔ خلط کی اصلاح دوا سے ہوتی ہے۔ حکیم اس خلط کو دور کرنے کی دوا دیتا ہے جس سے خلط کی اصلاح ہو جاتی ہے اور موقوف ہو جاتا ہے کیونکہ ارکان ثلثہ میں سے ایک رکن ٹوٹ گیا اگر دوا نہیں ہے تو پھر آپ نفس کی اصلاح کر لیں اس طرح بھی ایک رکن ٹوٹ گیا اور دورہ موقوف ہو گیا۔ ان ارکان ثلثہ میں سے مرجح کون ہے یہ علم انسانی سے باہر ہے۔ یہ شناخت خدائے عالم الغیب اور حکیم مطلق کو ہی ہے۔ دنیا میں کوئی شخص اس کو نہیں جانتا کہ ارکان ثلثہ میں سے رکن اعظم کون ہے اور اس لاعلمی کا نتیجہ ہے کہ بعض امراض میں دوا سے مطلق فائدہ ہو جاتا ہے۔

جس سے معلوم ہوا کہ اس مرض میں بنیادی رکن خلط تھا جب خلط کی اصلاح ہو گئی مرض جاتا رہا لیکن بعض مرتبہ علاج کرتے کرتے تھک جاؤ اور دوا پیتے پیتے پریشان ہو جاؤ۔ مگر مرض ٹلنے کا نام نہیں لیتا۔ لیکن کوئی تعویذ نقش یا منتر جنتر کام دے جاتا ہے اور صحت ہو جاتی ہے اس کے یہ معنی ہیں کہ رکن بنیادی اثر سیارگان تھا۔ خدا کے کلام کی برکت سے وہ اثر مفقود ہو گیا اور صحت ہو

گئی یعنی اس ستارے کا وہ مخالف اثر جو اس بیماری کا سرچشمہ تھا تبدیل ہو گیا اور شفا ہو گئی۔

کبھی عمل، تعویذ، نقش بھی کام نہیں دیتا۔ جس سے معلوم ہوا کہ سیارگان کا اثر بنیادی نہیں تھا۔ چونکہ اخلاط کے اثر مختلف ہیں اور اس طرح سیارگان کے اثر بھی مختلف ہیں۔ لہٰذا انسان میں مختلف قسم کی بیماریاں پیدا ہوتی ہیں۔ اگر یہ اثرات مختلف نہ ہوتے تو انسان میں ایک ہی قسم کی بیماری پیدا ہوتی لیکن یہ تمام رموز اور اسرار قدرت کے ہیں۔ انسانی قوت نے جہاں تک پرواز کی اس نے تحقیق کے کوچوں میں واقعات کا کھوج لگایا اور بعض سطحی واقعات معلوم ہو گئے۔ حقیقت کار صانع مطلق ہی کو معلوم ہے۔

یہ ہی وجہ ہے کہ انسان کا کوئی کام فیصدی نہیں ہے بلکہ کبھی ہو جاتا ہے اور کبھی نہیں ہوتا۔

"چوں نہ دیدند حقیقت رہ افسانہ زدند"

قاعدہ:

اگر کسی شخص کے خون میں فساد ہو۔ خون میں حدت پیدا ہو گئی۔ بدن میں پھوڑے پھنسیاں نکلتی ہوں۔ غرض کہ ان تمام امراض میں جو فساد خون اور خون کے دیگر عوارضات سے متعلق ہیں تو طب نفسی سے آپ اکسیری شفا حاصل کر سکیں گے۔ طب نفسی کچھ دیر میں تو اثر دکھائے گا۔ اس لئے کہ آپ طب نفسی کے قوانین پر عبور حاصل نہیں کر سکتے ہیں۔ تاہم اس کا اثر تا زندگی دیرپا رہے گا۔ یعنی علاج ادویات میں مرض دوبارہ عود کر آتا ہے۔ (صحت کے بعد) لیکن طب نفسی سے جو صحت اور فائدہ حاصل کیا جائے۔ وہ ایسا تغیر ہوتا ہے کہ پھر وہ مرض عود نہیں کرتا جب فساد خون ہو تو آپ صبح و شام دونوں وقت ۱۵ منٹ سے ۳۰ منٹ تک پندرہ دن برابر یہ عمل کرو۔ کسی کھلی ہوئی جگہ یا اونچی جگہ کھڑے ہو کر اپنی زبان کی نوک اوپر کے دانتوں کی جڑ میں جما دو اور منہ بند کر لو اور خوب لمبی سانس لو اور جس قدر ممکن ہو سکے سانس کو بند کئے رہو۔ اب زبان کی نوک اوپر کے دانتوں کی جڑ سے اٹھا کر نیچے دانتوں کی جڑ میں جما دو اور خوب تیزی کے ساتھ لمبی سانس باہر کو نکال دو۔ یہ عمل برابر کم سے کم پندرہ منٹ اور زیادہ سے زیادہ ۳۰ منٹ تک کرتے رہو (صبح و شام) خون کی تمام خرابیاں بے کسی علاج کے دور ہوں گی کثرت مزاولت و مداولت سے کوڑھ اور جذام جیسا خطرناک اور عسیر العلاج مرض بھی دور ہو جاتا ہے۔ تجربہ کرو اور اس قدرتی علاج سے

فائدہ اٹھاؤ اگر آپ قوانین طب نفس پر عمل کریں گے تو معلوم ہوگا کہ ادویات سے کئی حصہ زیادہ اثر طب نفس میں ہے اور لطف یہ ہے کہ طب نفسی سے جو فائدہ حاصل کیا جائے وہ کامل اور دیرپا ہوتا ہے۔

راستہ چلنے یا کوئی سخت کام کرنے سے بدن میں تھکاوٹ محسوس ہوتی ہو بدن میں درد ہو تشنج اور اعضا شکنی ہو یا کسی خلاف طبع بات پر غصہ آ جائے۔ یا کسی وجہ سے کوئی نشہ آور شے کھالی ہے جس کا نشہ دل کو خراب کیے دیتا ہے۔ بعض وقت ایسا ہوتا ہے کہ پیاس کی شدت بے چین کر دیتی ہے۔ گلاس پر گلاس پانی کے پیے جاؤ مگر پیاس کی شدت کم نہیں ہوتی یا زکام کے سبب سے یا کسی اور وجہ سے بخار آ گیا ہو تو اس قسم کے تمام امراض میں آپ ایسا کریں کہ قمری سر چلتا رکھیں شمسی سر چلنے ہی نہ دیں۔ جب شمسی سر چلنے لگے فوراً بند کر لیں۔ (سانس حسب منشا کھولنے اور بند کرنے کی ترکیب صفحات سابقہ میں بیان کی جا چکی ہے۔) چند گھنٹے میں یہ ترکیب فوری اثر دکھاتی ہے۔ بخار اتر جاتا ہے اور پیاس کی شدت کم ہو جاتی ہے۔

نوٹ:

ایک تجربہ کریں اس کو بالکل صحیح پائیں گے۔ (پیاس کی خواہش اور شدت ہمیشہ شمسی سر میں پیدا ہوتی ہے۔ قمری سر میں بھوک اور اشتہا پیدا ہوگی۔) اور شمسی سر میں تشنگی پیدا ہوگی۔ اسی لئے جب کالرا (ہیضہ) کا دورہ ہوگا یا پیٹ میں درد ہوگا یا ہاضمہ میں خرابی ہوگی یا ناف میں درد ہوگا یا آنتوں میں خراش ہوگی یا آنت اترتی ہوگی۔ ضعف معدہ اور سوء ہضم کی شکایت ہوگی تو اس قسم کی تمام شکایات قمری سر میں پیدا ہوتی ہیں۔ شمسی سر میں ان کا زور کم ہوتا ہے۔ ان میں سے ہر ایک کا مفصل بیان تو بہت ہی طویل ہوگا میں دو طریقے بیان کرتا ہوں۔ اس طریق پر دوسرے تمام علاج ہو سکتے ہیں۔ بعض اصحاب کو آنت اتر آنے کا مرض ہو جاتا ہے۔ اس کے لئے پیٹی لگائی جاتی ہے جس سے آنت کا اترنا رک جاتا ہے۔ اگر آپ امتحان کریں گے تو معلوم ہو جائیں گا کہ آنت ہمیشہ قمری سر میں اترے گی۔ جب مرض کی شدت ہو جاتی ہے تو پھر شمسی قمری سر میں تفاوت نہیں رہتا مگر اس مرض کی بنیاد قمری سر میں ہی پڑتی ہے اور قمری سر میں ہی زور دیتی ہے۔ (اس کے لئے آپ زیادہ تر شمسی سر چلتا رکھیں۔ تو مرض میں بہر نوع تخفیف رہتی ہے۔) آپ کہیں گے کہ ہمیشہ

شمسی سر چلتا رکھنا ایک مشکل کام ہے۔ دنیا میں ہر آدمی کوئی نہ کوئی کام ضرور کرتا ہے تو کام کی حالت میں سر کا تبدیل کرنا خود ایک تکلیف مالایطاق ہے۔ اس کے لئے میں آسان ترکیب یہ بتاؤں گا کہ آپ پہلے تو یہ تفتیش کریں کہ آنت کس سر میں زیادہ اترتی ہے۔ جس وقت آنت اترے اس وقت دیکھ لیں کہ کون سا سر چل رہا ہے۔ آپ کہیں گے کہ پہلے آپ نے خود ہی بتایا کہ آنت قمری سر میں ہی اترتی ہے تو بعد تلاش تفحص کی کیا ضرورت ہے۔ میں عرض کروں گا کہ اس طرح اور قسم کے امراض قمری سر سے ہی متعلق ہوتے ہیں۔ مگر جب مرض شدید اور کہنہ ہو جاتا ہے تو پھر وہ ہر وقت رہتا ہے۔ مگر نفس کا پابند نہیں ہوتا۔ بس جس سر میں آنت اترتی ہو اس نتھنے میں روئی ٹھونس کر اسے چلنے ہی نہ دیں بس اس نتھنے کے بند ہو جانے پر آنت کا اترنا موقوف ہو گا۔

علاج دوم:

جب کھانا ہضم نہ ہوتا ہو معدہ کمزور ہو گیا ہو تو کھانا شمسی سر میں کھائے' وہ کھانا ہضم ہوگا اور معدہ کا فعل درست ہو جائے گا۔ اگر اتفاق سے پیٹ میں نفخ ہو گیا ہے۔ کھانا ہضم نہیں ہوا' کھٹی ڈکاریں آ رہی ہیں تو بائیں کروٹ پر لیٹ جاؤ اور قمری سر کو روئی سے بند کر کے شمسی سر کو چلاؤ اور زور زور سے سانس لو ۱۵' ۲۰ منٹ میں نفخ جاتا رہیں گا اور ہاضمہ درست ہو کر تکلیف جاتی رہے گی۔

قاعدہ:

اس کلیہ سے کسی کو انکار نہیں کہ انسان ایک دن یقینی مر جائے گا۔ اور مذہب کی تعلیم یہ ہے کہ جب موت کا وقت آتا ہے تو کوئی طاقت اس وقت کو گھٹا بڑھا نہیں سکتی۔ لیکن یہ تحقیق نہ ہو سکا کہ قدرت کا معین کردہ وقت کب آئے گا لیکن حکمائے مستشرقین نے جس دم کی مشق کی تو ان کی زندگی طویل ہو گئی۔ اس سے معلوم ہوتا ہے کہ قدرت نے انسانی زندگی کا دارومدار سانسوں کی شمار پر رکھا ہے۔ جب وہ شمار ختم ہو جاتا ہے تو انسان مر جاتا ہے۔ تجربہ شاہد ہے کہ اگر انسان صبح سے شام تک قمری سر چلایا کرے۔ (یعنی داہنے نتھنے کو روئی سے بالکل بند کر دیا کرے) اسی طرح غروب آفتاب سے لے کر طلوع تک شمسی سر چلایا کرے اور داہنے نتھنے کو روئی سے بند کر دیا

کرے۔ (دن بھر قمری سر چلایا کرے اور رات بھر شمسی تو ایسے شخص کی عمر بہت زیادہ ہوتی ہے اور ساتھ ہی صحت اور تندرستی بھی قائم رہتی ہے۔ بعض راتوں میں یکا یک نیند نہیں آتی تو تجربہ کر لیں اس وقت سانس داہنے نتھنے سے جاری ہو گی یعنی شمسی سر چل رہا ہو گا۔ شمسی سر بند کر کے قمری سر چلا دیں فوراً نیند آ جائے گی۔

نوٹ:

ابھی میں نے اس سے اوپر والے قاعدہ میں بیان کیا ہے کہ رات میں شمسی سر چلاؤ۔ اور دن میں قمری اور اب یہ بتایا کہ رات میں شمسی سر بے خوابی پیدا کرتا ہے۔ اس کے متعلق گذارش ہے کہ یہ ایک غیر مستقل ٹوٹکہ ہے اور قدرتی رفتار کے ماتحت ہے اور یہ ان اصحاب کے واسطے ہے جو قاعدہ اولی کی مشق کر رہے ہوں ان کے لئے یہ ضروری نہیں اور نہ ان کو اس قسم کے عوارضات اور علاجوں کی ضرورت رہتی ہے۔

آپ ایسی جگہ بیٹھیں جہاں بیرونی ہوا مطلق نہ ہو روئی کو بچور کر (پریشان کر کے دھنوا کر) تھوڑی سی اپنے سامنے رکھیں اور خود نتھنے سے سانس لیں تمہارے ناک کے نتھنے کی ہوا سے روئی اڑے گی۔ یعنی اس میں وہ حرکت پیدا ہو گی جو ہوا لگنے سے پیدا ہوتی ہے۔ سانس زور سے نہ لو بلکہ معمولی طریق پر لو۔ جس طرح لیتے ہو۔ اس طرح تم پیمائش کر سکو گے کہ تمہاری سانس کتنی لمبی ہے۔ سانس کی لمبائی بارہ انگل تک ماہرین نے اوسطاً رکھی ہے۔ اگر ۸ یا ۱۰ انگل پر سانس کی ہوا جاتی ہے تو ایسا شخص نہایت تندرست ہے اور اس کے تمام قوے بہترین حالت میں ہیں۔ اس کی عمر بھی زیادہ ہو گی اور کوئی بیماری اس کو نہیں ہے۔ اگر سانس کی لمبائی ۱۶، ۱۸، ۱۲۰ انگل تک جاتی ہے تو سمجھ لو کہ یہ شخص کسی مزمن مرض میں مبتلا ہے اور کہ اس کی قوت روز بروز زائل ہوتی جا رہی ہے۔ اگر تپ دق کے مریض کی آپ تفتیش کریں تو بہت آسانی سے آپ معلوم کر سکیں گے کہ اس کی قوت زائل ہو رہی ہے۔ اگر ایک ہفتہ میں سانس کی لمبائی مثلاً ۱۷ انگل تھی تو دوسرے ہفتہ میں ۱۸ انگل ہو جائیں گی۔ یعنی جس قدر ضعف بڑھتا جائیں گا سانس کی لمبائی بھی بڑھتی جائے گی۔ جب سانس کی لمبائی ۱۲۰ انگل تک پہنچ جائے تو یہ انتہائے ضعف کی علامت ہے اور سمجھ لو کہ ایسے مریض کا چراغ زندگی جلد گل ہونے والا ہے۔ اگر سانس آٹھ انگل تک جاتی ہے تو سمجھ لو کہ یہ شخص

نہایت تندرست اور قوی ہے۔ اگر کوئی شخص کوشش کر کے سانس کی رفتار چھ انگل تک کر لے تو ایسا شخص اپنی عمر سینکڑوں برس تک بڑھا سکتا ہے۔ علم النفس کے مطالعہ سے معلوم ہوا ہے کہ بعض حکماء نے اپنی سانس کی لمبائی چار انگل تک کر لی تھی اور اس طرح ان کی عمر بہت زیادہ لمبی ہوئی یہ واضح رہے کہ قبض بہرحال کم ہی رہتا ہے۔ (قبض سانس اندر کو کھینچنا) یہ تو وہ نگہداشت ہے جس پر وہ ہی اصحاب عمل کر سکتے ہیں جو دنیا و مافیہا سے رشتہ تعلق توڑ چکے ہیں۔ ہم خود جو از سر تا پا شعائد اور دنیوی شغف میں تکلیف مالا لطاق کھینچتے رہتے ہیں۔ اطمینان قلب اور آسائش کی چند سانسیں بھی لینا ہمارے لئے سوہان روح بلکہ نوادرات سے ہیں۔ ہم کہاں ان قوانین و اسباق پر عمل کر سکتے ہیں۔ بعض اصحاب کہیں گے کہ یہ گوشہ نشینوں اور زاویہ گزینوں کے کام کی باتیں ہیں۔ ہم پابند علائق اور اسیر خلائق کہاں عمل کر سکتے ہیں۔ اور شاید بعض یہ بھی خیال کریں کہ اس قسم کی باتیں زوائدات بلکہ فضولیات سے ہیں۔ یہاں ضروری کام نہیں ہوتے پھر ان تماشوں میں وقت ضائع کرنے کی فرصت کہاں میں عرض کروں گا کہ برادرم علم النفس تمام علوم کی بنیاد ہے۔ اگر آپ اس کے بعض سادے قوانین پر ہی عمل کر لیں تو پھر دوسرے شعبے کی ضرورت ہی نہیں رہتی میں نے تمام قواعد فرداً فرداً بیان کر دیئے ہیں اور چونکہ اس کتاب کا تعلق عوام سے ہے۔ اس لئے عبارت بھی بلاغت سے خالی ہے۔ میں نے قصداً عبارت کو بلیغ جملوں اور عربی فارسی کی دشوار ترکیبوں سے بچایا ہے۔ آپ کو اس کتاب میں چند در چند طبی قواعد ملیں گے اگر آپ ضرورت کے وقت اس کے متعلقہ قاعدے پر عمل کریں گے تو پھر کسی دوسری ترکیب اور تدبیر پر عمل کرنے کی ضرورت ہی نہ ہو گی۔ مثلاً آپ کے خون میں حدت بڑھ گئی ہے۔ آپ کے پیٹ میں یا سر میں درد ہے اس کے لئے آپ طب اور ادویات کے محتاج نہ ہوں گے بلکہ اس کے متعلقہ قاعدہ پر عمل کر کے صحت حاصل کر سکیں گے۔

قاعدہ:

یہ قانون گذشتہ اسباق اور اوراق میں بیان کر دیا گیا ہے کہ ۱، ۲، ۳، ۷، ۸، ۹، ۱۳، ۱۴، ۱۵ کو سورج نکلنے کے وقت ہمیشہ قمری یعنی بایاں نتھنا چلتا ہے۔ ۴، ۵، ۶، ۱۰، ۱۱، ۱۲ کو ہمیشہ طلوع آفتاب کے وقت شمسی یعنی دایاں سر چلتا ہے۔ اور ہر دو گھنٹہ کے بعد قمری سے شمسی ہیں اور شمسی سے قمری

میں تبدیل ہوتا رہتا ہے اور یہ ترتیب قانون قدرت کے مطابق ہے۔ جب اس ترتیب میں فرق آ جاتا ہے تو وہ کسی انقلاب کا پیش خیمہ ہوتا ہے۔ (خواہ سر کا مقام تبدیل ہو ئے یا مدت میں کمی بیشی ہو جائے۔) اور یہ سابقہ اوراق میں تفصیل کے ساتھ بیان کر دیا ہے۔ اب اگر کسی شخص کا دایاں نتھنا برابر ۱، ۲، ۳، ۷، ۸، ۹، ۱۳، ۱۴، ۱۵ کو چلتا رہے اور قمری میں تبدیل ہی نہ ہو تو ایسے شخص کی زندگی پندرہ اور تیس دن کے اندر باقی ہے۔ اس درمیان میں اس کو مر جانا چاہئے۔ یہ یکسانیت موت کا الارم ہے موت یا ناگہانی طریق پر ہو یا کسی مرض سے متعلق ہو۔ لیکن موت آنے والی ہے اور سہل الفاظ میں اس طرح سمجھ لیجئے کہ جس شخص کا قمری سر بند ہو جائے اور شمسی ہی چلنا شروع ہو جائے تو ایسے شخص کی موت بالکل قریب ہے یعنی پندرہ اور تیس کے درمیان میں ایسا شخص مر جانے والا ہے۔

اگر کسی شخص کا بایاں یعنی قمری سر چلنا شروع ہو جائے اور شمسی قطعی بند ہو جائے تو یہ اعلان ہے قدرت کی طرف سے کہ کوئی بڑی مصیبت اور بڑا انقلاب آنے والا ہے۔ جس سے لطف زندگی ختم ہو جائیں گا۔ بلکہ پندرہ دن تو موت کا اعلان ہے اور کسی دن ۱۲ گھنٹہ برابر ایک ہی سر چلتا ہے تو یہ مصیبت اور تکلیف کا اعلان ہے اور خلاصہ یہ ہے کہ جب سانس کی قدرتی ترتیب میں فرق آ جاتا ہے کوئی نہ کوئی واقعہ اور سانحہ پیش آتا ہے۔ قدرت نے دنیا کا ایک قانون بنایا ہے۔ دنیا بے کسی قانون کے نہیں چل رہی ہے۔ دنیا کا ہر کام ایک خاص نظام کے ماتحت ہو رہا ہے۔ اس نظام قدرت کو بعض اہل بینش و دانش نے پالیا ہے۔ یہ بھی یاد رکھو کہ قدرت اور فطرت بخیل اور تنگ دل نہیں ہے جو اس کو پانے اور سمجھنے کی کوشش کرتا ہے وہ پالیتا اور سمجھ لیتا ہے اور ان ہی راز کے پانے والوں نے ان نکات اور رموز کا انکشاف کیا ہے۔ اگر کسی شخص کا نفس مساوی بہت دیر تک چلتا رہے تو یہ علامت ہے کہ صبح و شام انقلاب آنے والا ہے اگر دو گھنٹہ برابر نفس متساویہ چلے تو عنقریب موت کا پیام آنے والا ہے۔

قاعدہ:

جو اصحاب رمل، نجوم، جفر سے سوالوں کے جواب دیا کرتے ہیں اگر علم النفس سے دیا کریں تو جواب بہت صحیح ہوتا ہے اور آپ اس کا امتحان اور آزمائش کریں گے تو معلوم ہوگا کہ علم النفس کو

تمام علوم مروجہ پر فوقیت حاصل ہے۔ اور میں آسان عبارت میں وہ تمام طریق بیان کر دوں گا جو سوال جواب کے واسطے مستند اور معتبر اور ساتھ ہی کافی ہوں۔ علم النفس کے عامل پر لازم ہے کہ اپنی نشست ایسے موقع پر کرے کہ جہاں اس کے پاس چاروں طرف سے آدمی آ سکتے ہوں۔ اور ہر چار سمت سے کوئی راستہ بند نہ ہو۔ ہر طرف سے آدمی آ سکے۔ لیکن مکانوں اور شہروں میں ایسی جگہ مشکل ہے کم از کم اس قدر ضرور کرے کہ اپنے داہنے اور بائیں دونوں طرف عوام کے بیٹھنے کی جگہ بنائے اور آپ درمیان میں رہے پہلا قاعدہ جو بالکل سلجھا ہوا ہے وہ یہ ہے کہ سوال کرنے والا اگر کھلے سر کی طرف سے آیا ہے یا کھلے سر کی طرف آ کر بیٹھا ہے تو اس کا جواب اس کے حق میں ہے۔ اگر مخالف سر کی طرف سے آیا ہے یا بیٹھا ہے تو نتیجہ مخالف ہے۔ مثلاً آپ کا داہنا سر چل رہا ہے اور ایک شخص داہنی طرف سے ہی آیا اور داہنی طرف بیٹھا تو یہ اشارہ ہے کہ سائل کا جو مقصد ہے حاصل ہو گا۔ آپ بے تکلف اس کو کامیابی کی بشارت دے دیں۔ اس میں قمری اور شمسی سر کی بحث نہیں ہے۔ اگرچہ اس میں سوال کرنے والے کے نفس سے بھی بحث کی جا سکتی ہے مگر اس میں ذرا سی دشواری ہے کہ ہر آنے والے سے اور سوال کرنے والے سے دریافت کیا جائے کہ کون سا سر چل رہا ہے۔ اس لئے عامل اپنے سر کا دھیان رکھے لیکن اگر کوئی موقع ہے اور سائل کے سر کو بھی دیکھا جا سکتا ہی تو معلوم کر لو۔ اگر سائل اور عامل دونوں کا سر موافق ہے اور اسی حصہ سر کی طرف سائل آیا ہے تو کامیابی میں کوئی شبہ نہیں۔ وثوق سے کہہ دو کہ کامیابی ہے۔ گذشتہ اوراق میں میں نے چند کاموں کی تفصیل دی ہے یعنی دنیا کے کام نفوس ثلثہ پر میں نے تقسیم کر دیئے ہیں۔ جو نمونہ ہیں ایک شخص نے آ کر سوال کیا اب دیکھ لیں کہ اس کا سوال کس سر سے متعلق ہے۔ پس اگر موافق سر چل رہا ہے تو کامیابی ہے اگر مخالف سر چل رہا ہے تو کامیابی میں شبہ ہے۔

قاعدہ:

ایک خاص قاعدہ جواب حاصل کرنے کا بتاتا ہوں۔ اس کا تعلق علم نفس سے بالکلیہ نہیں۔ تاہم افادہ ناظرین کے واسطے لکھے دیتا ہوں گو دخل در معقولات تو ہے مگر کام کی بات ہے۔ سائل کا سوال مختصر لفظوں میں تحریر کرو۔ پھر اس کے حرف گنو جو حرف شمار میں آئیں ان کو اس دن کی تاریخ پر پیش کرو۔ اگر سوال کے حرف زیادہ ہیں تو کامیابی کی دلیل ہے اگر تاریخ کے عدد زیادہ ہیں تو

کامیابی میں شبہ ہے۔ اگر برابر ہیں تو کامیابی ہوگی مگر دیر میں۔ مثلاً ۲۱ فروری کو ایک شخص نے سوال کیا کہ سفر کروں یا نہ کروں۔ سوال کے حروف ۱۴ ہیں اور تاریخ ۲۱ ہے۔ چونکہ تاریخ کے عدد زیادہ ہیں اس ئے بقاعدہ علم سفر کی اجازت نہ دیں۔ نفع کی امید نہیں اگر یہی سوال ۷، ۸ وغیرہ کی تاریخ میں کیا ہے تو بقاعدہ علم سفر کی اجازت دیں اور کامیابی کی پیشین گوئی کر دیں اگر سوال کے لکھنے میں طوالت ہے تو سائل کے نام کے حروف سے بھی اسی قاعدے سے جواب دے سکتے ہیں۔ اس میں والدہ کے نام کی ضرورت نہیں صرف سائل کا نام دریافت کر کے نام کے حروف گن لو اور دن کی تاریخ سے ملان کرو۔ اگر نام کے حروف زیادہ ہیں تو کامیابی اگر تاریخ کی تعداد زیادہ ہے تو ناکامی ہے۔ اسی ضمن میں ایک قاعدہ جفر کا بھی بیان کرتا ہوں جو ایک عامل سے حاصل ہوا ہے۔ اور تجربہ سے مفید ثابت ہوا ہے۔ سائل کا نام سوال کے حروف اور اس وقت جو ستارے کی ساعت ہو اس ستارے کے حروف ان ہر سہ کے حروف شمار کر کے اس دن کی تاریخ پر تقسیم کر دو۔ اگر باقی دو عدد بچے جس کا نصف کامل ہو سکتا ہے۔ جیسے ۲، ۴، ۶، ۸ تو کامیابی ہوگی۔ اگر باقی عدد دہ ہو جس کا نصف ناقص ہو جیسے ۳، ۵، ۷ تو کامیابی میں شبہ ہے۔ اگر کامل تقسیم ہو جائے اور کچھ نہ بچے تو کامیابی ہوگی مگر دیر سے۔

قاعدہ:

گذشتہ اوراق میں جو تقسیم کار کی گئی ہے وہ ایک مستند اور تحقیق شدہ تقسیم ہے۔ بعض اصحاب ایک کاغذ پر تمام تفصیل لکھ کر رکھ لیتے ہیں۔ یعنی شمسی سر سے کون کون سے کام متعلق ہیں۔ اور قمری سر سے کون کون سے متعلق ہیں اور نفس متساویہ سے کون کون سے متعلق ہیں۔ پس جب سوال کیا جائے۔ تو پہلے یہ معلوم کرو کہ تمہارا کون سا سر چل رہا ہے اگر سر موافق چل رہا ہے تو بے دھڑک کامیابی کی پیشین گوئی کر دو۔ اگر خلاف سر چل رہا ہے تو ناکامی اور نفی میں جواب دو۔

قاعدہ:

ایک معمول ہے کہ آدمی کسی کام میں جب سوچتا اور فکر کرتا ہے تو عموماً سر نیچے کو ہوتا ہے۔ (گردن نیچے کو ڈال لیتا ہے) کسی کام میں فکر اور سوچنے کی خاص علامت یہی ہے کہ آدمی سر جھکا کر سوچتا اور فکر کرتا ہے اور ایسا بھی ہوتا ہے کہ سوچتے سوچتے گردن اٹھا کر اوپر کو بھی دیکھنے لگتا

ہے۔ کبھی داہنے بائیں بھی دیکھنے لگتا ہے۔ اگر آپ تجربہ کریں اور سوچنے والے کی حرکات و سکنات کا بغور مطالعہ کرتے رہیں تو اس سے اس کام کے انجام کا نتیجہ نکل آتا ہے۔ کیونکہ اس وقت کی ہر حرکت اضطراری ہے۔ اختیاری نہیں ہے کیونکہ سوال کرنے والا تو عامل یا عالم ہے ہی نہیں اور نہ اسے یہ معلوم ہے کہ میری کون سی حرکت کس نتیجہ سے متعلق ہے یا کوئی میری حرکت کا مطالعہ کر رہا ہے۔ لیکن علم النفس میں یہ حرکت بہت موثر ہے۔ اگر کوئی شخص کسی سوال کے لئے آیا ہے تو آپ اس کی حرکات بغور دیکھتے رہیں اور آپ کسی ایسے کام کو شروع کر دیں جس سے وہ یعنی سائل یہ خیال کرے کہ ابھی عامل صاحب کام میں ہیں۔ اس کام کو ختم کر لیں تو میں کہوں اور آپ بظاہر تو کام کرتے رہیں مگر بباطن اس کی حرکات کو دیکھتے رہیں۔ اگر سائل اس درمیان میں سر نیچے کئے بیٹھا رہا تو کامیابی میں دیر ہے۔ اگر داہنے بائیں دیکھتا رہا تو ناکامی ہے اور اگر اوپر کی طرف دیکھتا رہا تو کامیابی ہے لیکن ایک بات یہاں یہ بھی معلوم کر لو کہ خالی آدمی اکثر گردن نیچی کئے ہی بیٹھا رہتا ہے۔ اور یہ عادت ہے اس لئے اگر سائل نے اس درمیان میں ایک یا دو مرتبہ بھی اوپر کو دیکھا تو کامیابی کی دلیل ہے۔ اس طرح اگر ایک یا دو مرتبہ بھی داہنے بائیں کو دیکھا تو ناکامی کی دلیل ہے۔

قاعدہ:

اگر کوئی شخص ضمیر دریافت کرنا چاہے یعنی یہ معلوم کرے کہ میرے سوال کو خود بتائے کہ میرا سوال کیا ہے۔ میں نے ایک صاحب کو دیکھا کہ وہ نہایت حیرت انگیز طریق سے سوال بتا دیا کرتے تھے۔ بعض اصحاب کے متعلق سنا گیا کہ وہ سوال سائل سے لکھوا لیتے ہیں اور بلفظہ اس کی نقل کر کے دے دیا کرتے ہیں۔ بلفظہ حرفاً حرفاً پوشیدہ لکھے سوال کو بیان کر دینا علوم مروجہ میں سے کسی علم میں اس کا قاعدہ نہیں پایا گیا۔ اس میں کوئی چابکدستی اور شعبدہ بازی ضرور ہے جس تک عام نگاہیں نہیں پہنچیں ورنہ آج دنیا میں بڑے بڑے جفار ہیں، رمال ہیں، منجم ہیں، مگر حرفاً حرفاً پوشیدہ سوال بیان کرتے نہیں دیکھا۔ ایک صاحب جفر سے سوال کی نقل کر دیتے تھے۔ (میں نے سنا ہے دیکھا نہیں) لیکن یہ کام بڑی محنت اور مشقت کا ہے میں نے تو ایسا دیکھا ہے کہ ادھر آپ نے سوال پوشیدہ طریق پر کاغذ پر لکھا۔ یعنی ان کو مکاشفہ ہے اور وہ پردہ کے اندر کی چیز دیکھ

سکتے ہیں۔ مجھے اس سے انکار نہیں کہ ایسے لوگ دنیا میں موجود ہیں اور جیسا میں نے عرض کیا میں نے خود ہی ایک صاحب کو دیکھا ہے۔ مگر میں اسے کسی علم مروجہ میں سے نہیں مانتا۔ بلکہ کوئی خاص شعبدہ یا طلسم ہے بعض اصحاب کا خیال ہے کہ ان لوگوں کے ہمزاد تابع ہوتا ہے۔ میں اس کو بھی ماننے کو تیار نہیں جس کے ہمزاد تابع ہوتا ہے۔ اس کی دنیا ہی الگ ہو جاتی ہے۔ بہر حال پوشیدہ سوال کو بلفظہ بیان کر دینا یہ علم تو کسی نے اس علم کی کتابوں میں نہیں لکھا۔ ہاں اس قدر لکھا ہے کہ سوال کی نوعیت اور خلاصہ معلوم ہو جاتا ہے اور اس کا قاعدہ یہ ہے کہ جس شخص کا سوال معلوم کرنا ہو اس کو اپنے چلتے سر کی طرف بٹھاؤ اور اس سے کہو کہ اپنے سوال کا ایک جملہ اچھی عبارت میں اپنے دل میں بناؤ اور آپ دزدیدہ نگاہوں سے اس کی حرکتوں پر غور کرتے رہو۔ اگر وہ سوچ بچار کی وارفتگی میں اوپر کی طرف دیکھے تو کسی جاندار شے کے متعلق سوال ہے' اگر سوچنے میں زمین کی طرف ہی نظر رہے تو دولت' نفع کامیابی کا سوال ہے۔ اگر دائیں بائیں نظر جا رہی ہے تو کسی ظرف' سامان دھات (سونا چاندی وغیرہ) کا سوال ہے۔

قاعدہ:

شادی بیاہ میں یوں تو کئی کئی دن صرف ہوتے ہیں۔ لیکن اصل شادی تھوڑی دیر کا کام ہے اور اس کا نام اسلام میں نکاح ہے اور تمام مذاہب میں اپنے اپنے طریق پر مذہبی رسم ادا کی جاتی ہے اور اس کا نام ہی شادی ہے۔ اگر اس رسم کی ادائیگی کے وقت عورت کا بایاں اور مرد کا داہنا نفس جاری ہو تو ایسی شادی نہایت مبارک ہوتی ہے۔ زن و شوہر کے تعلقات ہمیشہ خوشگوار رہتے ہیں اور باہمی محبت رہتی ہے۔ اگر اس کے خلاف سر میں شادی ہو تو اس گھر میں ہمیشہ جنگ و جدال ہی رہتی ہے اور میاں بی بی میں ناموافقت اور ناسازگاری کے جذبات بڑھتے رہتے ہیں۔

یہاں تک کہ بعض اوقات مفارقت کرنا پڑتی ہے۔ اگر دولہا دلہن کے علاوہ کوئی دوسرا شخص آ کر سوال کرے کہ فلاں شادی مبارک ہے یا نہیں۔ اگر سوال کے وقت شمسی سر چلتا ہو تو شادی مبارک ہو گی۔ عامل اپنا سر دیکھے لیکن زیادہ معتبر یہ ہے کہ سائل کا سر دیکھے اور اس پر حکم لگائے۔ لیکن اگر عورت سوال کر رہی ہے تو اس کا قمری سر مبارک ہو گا یہ یاد رکھو کہ سائل کا سر عامل کے سر سے زیادہ معتبر ہے اگر سائل کا سر موافقت میں اور عامل کا سر مخالفت میں جاری ہو تو عامل کے سر پر

حکم نہیں لگایا جائے گا۔ یعنی جب سائل کے سر کی تحقیق نہ ہو سکے تو مجبوری ہو گی اور عامل کے سر کو شاہد بنایا جائے گا۔

قاعدہ:

حمل میں لڑکا ہے یا لڑکی اس سے قبل کہ علمی تحقیق سے میں اس مسئلہ پر روشنی ڈالوں یہ حقیقت واضح کر دینا ضروری ہے کہ عالم الغیب خدائے قدوس ہے۔ قرآن پاک میں غیر مشتبہ عبارت میں بیان کر دیا گیا ہے کہ "جو کچھ پیٹ میں ہے اس کا علم سوائے خدا کے کسی کو نہیں۔" جب خدائے قدوس نے استثناء فرما دیا کہ اس قانون کو ہم ہی جانتے ہیں تو پھر اس قانون میں اپنی رائے شامل کرنا خلاف ادب بلکہ گناہ ہے۔ لیکن دو امور پر نظر کرنا ہمیں الزام سے پاک کر دیتا ہے۔ پہلا امر یہ ہے کہ خدا کا علم بلیغ غیر مشتبہ ہے۔ حقیقی ہے اس میں ایک ذرہ کی کمی بیشی نہیں ہو سکتی۔ ہماری تحقیق میں احتمال ہے۔ خدائے پاک کی تحقیق یقینی ہے۔ ہمارا علم ناقص اور اس کا علم کامل ہے اور یہ فرق عبد و معبود کے لئے کافی ہے اور الزام سے پاک کر دیتا ہے۔ امر دوم یہ ہے کہ خدا کا علم ذاتی ہے اور ہمارا علم کسبی ہے۔ خدائے قدوس ہمارے علم کا محتاج نہیں۔ لیکن ہم خدا کے علم کے محتاج ہیں۔ اور یہ تفاوت بہت عظیم ہے جو خالق و مخلوق میں حد فاصل بناتا ہے۔ اس لئے میں وہ قواعد بیان کرتا ہوں۔ جس سے علم النفس کے ماتحت معلوم کیا جا سکتا ہے کہ لڑکا ہو گا یا لڑکی۔ یہ بات بھی معلوم کرو کہ اس حساب کو تمام علوم نے اپنایا ہے۔ یعنی ہر علم نے اس پر بحث کی ہے کہ لڑکا لڑکی کا حال اس سے معلوم ہو سکے۔ نجوم نے بھی چند در چند قواعد بیان کئے ہیں۔ رمل نے بھی جفر نے بھی' غرض کہ بے شمار قواعد ایسے ہیں جس سے معلوم کیا جا سکتا ہے۔ کہ لڑکا ہے یا لڑکی لیکن جب آپ تجربہ کریں گے تو معلوم ہو گا کہ علم النفس کا حساب سب سے بہتر ہے۔ اور اکثر و بیشتر صحیح نکلتا ہے اور اس کا قاعدہ یہ ہے کہ جب کوئی سوال کرے کہ لڑکا ہو گا یا لڑکی تو سائل کے نفس کی تحقیق کرو اگر سائل کا سر شمسی چل رہا ہے تو لڑکا ہے۔ قمری سر چل رہا ہے تو لڑکی بعض نے اس قسم کے سوال و جواب میں سمتیں بھی مقرر کی ہیں یعنی آگے پیچھے داہنے بائیں مگر یہ سب زینت کلام اور بیجا طوالت ہے۔ شمسی و قمری سر اطراف و جانب پر بھی مشتمل ہے اور ابتدائے کتاب میں نفس کا تعلق اطراف سے بیان کر دیا گیا ہے۔

نوٹ:

اگر سائل کے ساتھ عامل کا بھی شمسی سر چل رہا ہے تو پھر بیٹے کا پہلو اور بھی زبردست ہو جاتا ہے۔ اگر اختلاف ہے (سائل اور عامل میں) تو سائل کے نفس پر حکم دیا جائے گا۔ عامل کا وجود درمیان میں بمنزلہ ایک گواہ کے ہے۔ مگر عامل کے نفس پر حکم نہیں دیا جائے گا۔ لیکن جب سائل کے نفس کی تحقیق کسی وجہ سے نہ ہو سکے۔ تو اس وقت عامل ہی سائل کا قائم مقام ہو گا اور عامل کے نفس پر ہی حکم لگا دیا جائے گا۔ لیکن بعض اساتذہ کی رائے ہے کہ عامل کے سر کا اثر بھی جواب میں ضرور ہوتا ہے۔ مثلاً ولادت کے سوال کے وقت سائل کا شمسی اور عامل کا قمری چل رہا ہے۔ تو سائل کے نفس کو قوی مانتے ہوئے لڑکے کا حکم لگایا جائیں گا۔ مگر چونکہ اس وقت عامل کا سر فرزند پیدا ہونے کے خلاف تھا۔ اس لئے اس قدر اثر ضرور ہو گا کہ مولود کم عمر ہو گا اور اس میں زنانہ صفتیں پائیں جائیں گی۔ جیسے بزدلی، کم ہمتی، زنانہ پن وغیرہ اگر نفس متساویہ چلتا ہو گا تو اس کے دو نتیجہ پیدا ہوں گے یا توام بچے پیدا ہوں گے یا بچہ خنثےٰ پیدا ہو گا۔ یا حمل ساقط ہو جائے گا۔ باقی جو مشیت ایزدی بعض وقت ہمارے تجربے ہمارے علم، ہمارے حساب، ہماری فیلسوفی اور دانائی استادی اور ہمہ دانی سب حرف غلط کی طرح نسیاً منسیاً ہو جاتے ہیں اور خدائے برتر کا حکم غالب رہتا ہے، بچ ہے۔ واللہ غالب علی امرہ.

قاعدہ:

اگر کوئی شخص سوال کرے کہ میں فلاں تجارت کرنا چاہتا ہوں نفع ہو گا یا نقصان۔ اگر سائل کا الٹا نتھنا یعنی قمری سر چلتا ہو گا۔ تو اس تجارت میں اس شے میں اس دوکان میں فائدہ ہو گا۔ اگر شمسی سر چلتا ہو گا تو نفع کی امید نہیں۔ بلکہ نقصان ہو گا اگر نفس متساویہ چلتا ہو گا۔ تو نفع برابر رہے گا۔ اگر سائل کا شمسی اور عامل کا قمری سر چلتا ہو تو ابتداء میں نقصان معلوم ہو گا لیکن آخر میں فائدہ ہو گا۔ اگر سائل کا قمری اور عامل کا شمسی سر چلتا ہو گا تو ابتدا میں فائدہ رہے گا۔ لیکن انجام میں نقصان برداشت کرنا پڑے گا۔ اگر نفس متساویہ چلتا ہو تو اس کام کو بند کر دو۔ یعنی اس کام کو نہ کرو۔ اس میں کوئی نفع نہیں پاؤ گے۔ ابتدائے کتاب میں بیان کر دیا گیا ہے کہ طالب علمی کے زمانے میں ہر علم دریائے ناپیدا کنار معلوم ہوتا ہے۔ لیکن جب اس پر عبور حاصل ہو جاتا ہے تو وہ بے

پایاں علم ایک نقطہ ہو کر دل میں آ جاتا ہے اور یہ ایک کھلی ہوئی حقیقت ہے۔ قرآن پاک کا حفظ کر لینا کس قدر حیرت اور ستعجاب کا معمہ ہے لیکن جب ایک شخص محنت کر کے حفظ کر لیتا ہے تو بظاہر اس قدر ضخیم اور مدون کتاب ایک نقطہ بن کر حافظ کے سینہ میں اتر جاتی ہے اور آخر کار سمٹ کر ایک ناپیدا کنار سمندر قطرہ بن جاتا ہے۔ اس وقت آپ اس کتاب کو پڑھ رہے ہیں اور دل الجھ رہا ہے کہ خدا جانے یہ کیا چیز ہے۔ لیکن چند دنوں کی محنت میں جب عبور ہو گا اس وقت نہ جواب دینے میں کوئی دقت پیش آئے گی نہ کسی حساب کرنے میں زحمت ہو گی۔ مزید براں اگر آپ اس قسم کے علوم کے خواہشمند ہیں یا آپ کو ذوق ہے تو معلوم ہو گا کہ علم النفس کے آ جانے کے بعد اور کسی علم کی ضرورت نہیں۔

قاعدہ:

اگر کوئی سوال کرے کہ میں فلاں شخص سے ملاقات کرنا چاہتا ہوں۔ آیا ملاقات ہو گی یا نہ ہو گی۔ اور اگر ملاقات ہو گی تو جس مقصد کے لئے میں ملاقات کرنا چاہتا ہوں۔ یا ملاقات بیکار ہو گی اس قسم کے سوالوں کا جواب بذریعہ علم النفس اگر دینا ہے تو اس کا قاعدہ یہ ہے کہ اگر سائل اور عامل دونوں کا شمسی سر چلتا ہو گا تو ملاقات ہو گی اور حسب منشاء اگر سائل کا قمری اور عامل کا شمسی سر چلتا ہو گا تو اغلب ہے کہ ملاقات نہ ہو اگر ملاقات ہو گئی تو راستہ میں کوچے میں غرض کہ اس جگہ ہو گی جہاں کوئی مفید بات کرنے کا موقع نہ ہو۔ اگر نفس متساویہ چلتا ہو گا تو ملاقات ہو گی مگر کوئی بات نفع کی اس سے پیدا نہ ہو گی اور بہت ممکن ہے کہ ملاقات ہی نہ ہو اور یہ بھی ممکن ہے کہ ملاقات سے نقصان پہنچ جائے۔ (جب نفس متساویہ کے وقت میں ملاقات کی جائے۔)

قاعدہ:

اگر کوئی شخص سوال کرے کہ میں نے فلاں جگہ شادی کا پیام بھیجا ہے یا بھیجنا چاہتا ہوں آیا وہاں کامیابی ہو گی یا نہ ہو گی۔ اس سوال اور اس قسم کے سوالات کے جوابات نکالنے کا طریقہ یہ ہے کہ اگر سائل کا سر شمسی چل رہا ہے (سوال کے وقت) تو کامیابی ہو گی اور پیام منظور ہو گا۔ اگر قمری سر چل رہا ہے تو منظور ہونے کی کوئی امید نہیں۔ اگر قاصد کو اس وقت پیا دیں مثلاً خط وغیرہ جب شمسی سر چل رہا ہو۔ اگر قاصد بھی دانا ہے اور اس وقت سوال پیش کرے جب شمسی سر چل رہا

ہوتو تمام تر امید ہے۔ اگر قمری سر چلتا ہوگا تو دیر میں کامیابی ہوگی اور کئی ایک رکاوٹیں پیدا ہوں گی۔ اور علاوہ تاخیر کے بہت سی تدبیریں کرنا پڑیں گے تب شادی ہوگی۔ ہاں شادی ہو جائے گی ضرور۔

قاعدہ:

اگر کوئی شخص کسی بیماری کے متعلق سوال کرے کہ بیماری سے صحت ہوگی یا نہ ہوگی۔ اگر سوال بیمار خود کرتا ہے یا اس کی طرف سے کوئی اور سوال کرتا ہے تو معلوم کرو اور تحقیق کرو کہ سائل کا کون سا سر چل رہا ہے۔ اگر شمسی سر چل رہا ہے تو صحت ہوگی اگر سائل کے ساتھ عامل کا بھی شمسی سر چل رہا ہے تو بہت جلد صحت ہوگی کوئی خاص پیچیدہ بیماری نہیں ہے۔ اگر سائل کا شمسی اور عامل کا قمری سر چلتا ہو تو شفا اور صحت ضرور ہوگی لیکن ذرا دیر میں جلد صحت نہیں ہوتی کم سے کم پندرہ یوم تک شفا ہو جائے گی۔ اگر ہر دو کا سر قمری چل رہا ہے تو امید شفا نہیں اگر سائل کا قمری اور عامل کا شمسی سر چل رہا ہے تو بہت عرصہ میں شفا ہوگی۔ اگر سائل کا نفس متساویہ چل رہا ہے تو بیماری خطرناک ہے اور شفا کی امید کم ہے۔

نوٹ: بزرگوں نے فرمایا ہے کہ اس علم والے کو جھوٹ بولنا لازمی ہے۔ اس علم کا جاننے والا مجبور ہے کہ جھوٹ بولے۔ جب کوئی خبر بری اور نحس اور خلاف منشاء نظر آتی ہے تو مروت اور انسانیت منع کرتی ہے کہ دوٹوک بات بے کسی جھجک اور تامل کے کہہ دی جائے اور اسی طرح خبر مرگ اور خبر قید و بند بھی بے تامل سنا دی جائے جس طرح خوشی کی خبر سنائی تھی۔ میرا تجربہ ہے کہ سب لوگ یہ ہی کہتے ہیں کہ آپ جو بات ہو خلاف ہو یا موافق سچ سچ بتاؤ۔ لیکن کوئی کان خوشی سے خبر بد سننے کو تیار نہیں اور کوئی آنکھ رغبت سے اپنی موت کا نظارہ نہیں کر سکتی۔ اس لئے خبر بد کو ایسے الفاظ اور پیرایہ میں بیان کیا جاتا ہے کہ جو ناگوار خاطر نہ ہو اور اکثر ایسے الفاظ استعمال کئے جاتے ہیں جس سے تسلی اور تشفی پیدا ہو۔ یہاں تک کہ بعض اوقات بلکہ اکثر اوقات جواب کا مفہوم ہی بدل جاتا ہے۔ اس لئے میں ناظرین کرام کو مشورہ دوں گا کہ جب آپ سوال کا جواب نکالیں اور وہ سائل کے خلاف ہو تو خوبصورت اور دلنواز عبارت میں بیان کریں تا کہ اس کی دل شکنی نہ ہو جو خبر بد کو بے

محابا کہہ دیتے ہیں بہت کچھ نقصان پائے گئے ہیں۔

قاعدہ:

ارباب بینش پر پوشیدہ نہ رہے کہ قوانین علم میں ہر سوال کے جواب کا جداگانہ قانون ہے۔ جس طرح ہر انسان کی دنیا علیحدہ ہے۔ اسی طرح ہر کام کی دنیا جدا ہے۔ ایک ہی قاعدہ ہر قسم کے سوال کے واسطے نہیں ہے۔ اگر کوئی شخص سوال کرے کہ میں فلاں علم اور ہنر سیکھنا چاہتا ہوں کیا مجھے کامیابی ہوگی۔ اگر سوال کے وقت سائل کا قمری سر چل رہا ہے تو جواب اثبات میں ہے۔ اگر شمسی سر چل رہا ہے تو جواب اثبات میں نہیں یعنی اگر شمسی سر چل رہا ہے تو جواب نفی میں ہے اگر ایسے وقت میں عامل کا سر قمری چلتا ہو اور سائل کا شمسی تو سائل اس علم و ہنر میں دستگاہ کامل اور استعداد مالایطاق حاصل نہ کر سکے گا۔ اگر دونوں کے موافق ہوں یعنی دونوں کے قمری ہوں تو حسب ضرورت درک حاصل ہوگا اور دونوں کا نفس متساویہ چل رہا ہو تو قطعی یہ ہنر نہ آئے گا۔ باقی سائل اسی قانون پر غور کرتے ہوئے جواب حاصل کرے۔

قاعدہ:

کوئی عزیز دوست باہر گیا ہوا ہے۔ کوئی خبر اور خیریت نہیں ملتی۔ نہ اس کے آنے کی کوئی اطلاع ہے اس بے خبر کے متعلق کوئی سوال کرے کہ کب خود آئے گا۔ یا کب تک خبر ملے گی۔ اگر سوال کے وقت سائل اور عامل کا شمسی سر چل رہا ہے تو ابھی آنے یا خیریت کے ملنے میں دیر ہے۔ اگر دونوں کے مختلف سر چل رہے ہوں تو جواب یہ ہے کہ وہ آنے کا قصد کر رہا ہے بلکہ آنے کے واسطے تیار ہے۔ مگر حالات ایسے واقع ہو رہے ہیں کہ خواہ مخواہ دیر ہو رہی ہے۔ مگر وہ جلد پہنچے گا اگر سوال کے وقت نفس متساویہ چل رہا ہے تو جواب یہ ہے کہ وہ بیمار ہے یا کسی تکلیف اور مصیبت میں گرفتار ہے۔ زمانہ قریب میں کوئی امید اس کے آنے کی نہیں ہے۔

قاعدہ:

چوری کے متعلق اکثر سوال کئے جاتے ہیں۔ بعض خوش عقیدہ لوگ تو چور کا نام بھی دریافت کرتے ہیں۔ اور بعض لوگ نام تک بتانے کا دعوے کرتے ہیں اور جس جگہ وہ شے رکھی ہو

تفصیل سے بتاتے ہیں کہ فلاں گھر میں فلاں طرف رکھی ہے۔ اگر آپ غور کریں تو معلوم ہو جائیں گا کہ اگر اس علم میں یا کسی علم میں اس قدر قوت ہوتی تو دنیا میں پولیس اور عدالتیں قائم کرنے کی ضرورت ہی نہیں ہوتی۔ دربار دہلی میں کسی نامعلوم شخص نے جلوس پر بم مار دیا۔ حکومت کی طرف سے ایک لاکھ روپے کا انعام شائع ہوا مگر کوئی علم کا دعوئ کرنے والا حکومت کے سامنے نہیں آیا۔ پولیس دن رات چوری کی تفتیش میں رہتی ہے اور حکومت کا لاکھوں روپیہ پولیس پر خرچ ہوتا ہے۔ اگر کسی علم میں اس قدر قوت ہوتی کہ تمام حال روشن کر دیتا تو دنیا میں چوری کا وجود ہی مٹ جاتا کئی سادہ لوح شخص دفینہ کا پتہ دریافت کرتے ہیں کہ کس جگہ ہے' کس قدر ہے۔ اپنی عقل پر اس قدر تو زور دو کہ جن لوگوں سے آپ خزانے اور دفینے کا حال معلوم کر رہے ہیں وہ آپ سے زیادہ اس دفینے کا محتاج ہے۔ اگر اس کے پاس کوئی ایسا علم ہوتا تو آپ کے بتانے سے قبل وہ خود ہی نکال لے جاتا۔ اس قسم کی دوراز کار باتیں ہرگز کسی سے دریافت نہ کرو۔ یہ وہ باتیں ہیں جن کو سوائے خدائے عالم الغیب کے کوئی نہیں جانتا۔

''خداتعالٰی می بیند و می پوشد ‏ ‏ ‏ ‏ و ہمسایہ نمی بیند و می خروشد''

میر کیا سادے ہیں بیمار ہوئے جس کے سبب
اسی عطار کے لڑکے سے دوا لیتے ہیں

ہر علم کی ایک طاقت ہے جس طرح ہر شے میں ایک معینہ طاقت ہے اور یہ قانون قدرت ہے کہ جس قدر قوت ہے وہیں تک کام کرتی ہے۔ جب اس کی قوت سے آگے بڑھایا جائے گا فنا ہو جائے گی۔ بس قدرت نے ان علوم میں اس قدر قوت عطا فرمائی ہے کہ سطحی باتیں معلوم ہو جائیں۔ مالہ و ماعلیہ اور ہر شے کی تفصیلی حالت معلوم کرنا اس قسم کے علوم کی قوت سے باہر ہے۔ اگر کوئی شخص سوال کرے کہ چوری شدہ چیز مل جائے گی یا نہیں۔ اگر سائل کا قمری سر چل رہا ہے تو گم شدہ شے کے مل جانے کی علامت ہے۔ اگر شمسی سر چل رہا ہے تو چور یا چوری یا دونوں کا پتہ مل جائے گا۔ اگر عامل و سائل کا سر مختلف ہے تو جواب یہ ہے کہ چور اور چوری کا پتہ ضرور مل جائے گا مگر ہاتھ نہیں آئے گی اگر سکھنا (نفس متساویہ) سر چل رہا ہو تو نہ چور کا سراغ ملے گا نہ چوری کا کوئی نشان ہاتھ آئے گا۔

قاعدہ:

اگر کوئی مقدمہ ہے یا دو شخصوں میں کشتی ہے یا اس قسم کا کوئی مقابلہ ہے جس میں معلوم کرنا ہے کہ کس کو فتح ہوگی کس کو شکست۔ اس کا قاعدہ یہ ہے۔ کہ فیصلہ کے وقت جس کا شمسی سر چل رہا ہے اس کو فتح ہوگی اور جس کا قمری سر چل رہا ہے اس کو شکست ہوگی اگر دونوں علم جاننے والے ہیں اور دونوں گھر سے شمسی سر میں نکلے ہیں تو جو شخص گھر سے پہلے نکلا ہے اس کو فتح ہوگی۔ اگر دونوں گھر سے برابر نکلے ہیں تو فتح و شکست کسی کو نہ ہوگی صلح ہو جائے گی اور مقابلہ برابر کا رہے گا۔ اس معاملہ میں قمری سر والے کو بہر حال شکست ہوگی اور ہر قسم کے مقصد اور مطلب کے واسطے جب شمسی سر میں کام کرے گا فتح پائے گا۔

قاعدہ:

اگر بارش نہ ہوتی ہو اور کوئی شخص آ کر دریافت کرے کہ ذرا حساب سے دیکھئے کہ بارش کب ہوگی تو اس کا حساب یہ ہے کہ اگر سائل کا سر بوقت سوال قمری چل رہا ہے تو بارش قریب ہونے والی ہے۔ اگر شمسی سر چل رہا ہے تو ابھی بارش کا کوئی امکان نہیں۔ اگر نفس متساویہ چل رہا تھا کہ سوال کیا تو بادل آئیں گے بارش کی ہوا چلے گی مگر بارش نہ ہوگی۔ اگر عامل اور سائل کے سروں میں اختلاف ہو تو بارش خفیف ہوگی اور بوندا باندی ہو کر رہ جائے گی۔

نوٹ: ایک ضروری قانون یہ معلوم کر لو کہ نفی اور اثبات کا حکم کب تک چلے گا۔ یعنی کسی نے بارش کا سوال کیا اور اس وقت شمسی سر چل رہا تھا جس پر آپ نے بارش نہ ہونے کا جواب دے دیا تو کیا اس کے یہ معنی ہیں کہ اب بارش ہوگی یا نہیں۔ اور ظاہر ہے کہ یہ جواب ہو ہی نہیں سکتا۔ تو پھر اس نفی کا اثر کب تک ہے۔ اور کب تک بارش ہوگی۔ واضح ہو کہ علوم نجوم میں کوئی خاص مدت کا تعین نہیں۔ حتیٰ کہ بعض گردشیں تیس سال تک رہتی ہیں اور بعض اس سے بھی زیاد۔ اور رمل میں ایک جواب کا اثر تین مہینہ دس دن تک مان لیا گیا ہے۔ اور علم النفس میں ایک جواب کا اثر پندرہ دن اور کم سے کم دو گھنٹہ ہے اور سر کی مدت پر موقوف ہے یعنی اگر سوال ایسے وقت کیا ہے کہ سر چلتے ہوئے بہت دیر گزر چکی بلکہ اب تبدیلی کا وقت ہے تو پھر جواب کا اثر ایک گھنٹہ یا ایک مری (۲۴ منٹ کی ایک گھڑی اور ڈھائی گھڑی کا ایک گھنٹہ) تک رہے گا۔ بعد ازاں حکم تبدیل ہو جائے گا

مگر اس کے یہ معنی نہیں کہ بے دریافت کیئے اس کے برعکس ہو جائے گا۔ مثلاً کسی شخص نے بارش کا سوال کیا اور سائل کا سر شمسی چل رہا تھا اور آپ نے حسب قاعدہ علم جواب دیا کہ ابھی بارش کی کوئی امید نہیں اور سوال ایسے وقت میں کیا تھا کہ شمسی سر ختم ہو کر قمری سر چلنے والا ہے۔ اور اس کی میعاد ایک گھنٹہ کی ہے تو کیا ایک گھنٹہ کے بعد بارش شروع ہو جائے گی۔ ہاں ایک گھنٹہ کے بعد اس سوال کی نوعیت اور حالت بدل جائے گی اور ممکن ہے کہ ایک گھنٹہ کے بعد بارش ہو جائے لیکن اس پر زیادہ وثوق نہیں کیا جاتا اس لئے پھر گھنٹہ بھر کے بعد اس سوال کا جواب حاصل کرو۔ غرض یہ ہے کہ کسی جواب کو مدت پر منطبق نہ کرو۔ بلکہ میعاد ختم ہونے پر پھر جواب حاصل کرو۔ کیونکہ کائنات کا کام چند در چند اسباب کی زنجیروں میں مقید ہے۔ اگر ایک در بند ہوتا ہے یا کھلتا ہے تو اس کے عوض میں دوسرا در بند ہوتا یا کھل جاتا ہے اور یہ ہی وجہ ہے کہ بعض اوقات بعض انقلاب دراز عرصہ تک اپنا اثر دکھاتے رہتے ہیں اور بعض انقلاب ایسے ہوتے ہیں کہ آندھی کی طرح ادھر آئے ادھر نکل گئے۔ **واللہ اعلم بالصواب!**

قاعدہ:

اگر کوئی سوال کرے کہ میں کس طرف کا سفر کروں جس سے نفع ہو۔ اس کا قاعدہ یہ ہے کہ کہ اگر سوال کرنے کے وقت سائل کا شمسی سر چل رہا ہے تو مشرق اور شمال کا سفر مفید ہوگا۔ اگر قمری سر چل رہا ہے تو مغروب وجنوب کا سفر سعد اور مبارک ہوگا۔ اگر اس کے خلاف سفر کیا گیا تو کامیابی میں شبہ ہے۔ اگر نفس متساویہ چل رہا ہے۔ تو ایسی حالت میں سفر کرنا نقصان دہ ہے۔ سفر کرنے سے مراد تمام سفر کا راستہ نہیں بلکہ عزم سفر سے گھر سے باہر قدم نکالنے کے وقت اس قدر پابندی ہے۔ گھر سے مراد گھر کا بیرونی دروازہ ہے جس سے آمد و رفت ہے۔ گھر سے قدم نکال لینے کے بعد کسی قسم کی پابندی یا سعادت ونحوست نہیں ہے۔ ایک خاص راز یاد رکھو اور یاد رکھو بعض اصحاب اسے دیوانگی یا ڈھکوسلا کہیں گے بعض من گھڑت افسانہ یا وہمی لوگوں کی گپ شپ مگر امتحان سے قبل تو آپ سب کچھ کہیں گے۔ لیکن جب امتحان کریں گے اس وقت قائل ہونا پڑے گا کہ یہ قوانین ہیں جن کا اثر یقینی ہی۔ یہ تو بتایا جاچکا کہ شمسی سر میں مشرق وشمال کا سفر اور قمری سر میں جنوب اور مغرب کا سفر مبارک اور مفید ہوتا ہے۔ اب بعض وقت ایسا ہے کہ انسان اس قانون

کے خلاف کرنے پر مجبور ہے تو ایسا کرو کہ چلتے وقت جو سر چل رہا ہو پہلے اس طرف کا قدم اٹھاؤ اور صرف چار قدم چلو۔ پھر ایک منٹ کے واسطے کھڑے ہو جاؤ پھر چار قدم اٹھا کر قدرے توقف کرو۔ بعد ازاں منزل مقصود پر روانہ ہو جاؤ۔ یہ قانون فتح اور کامیابی کا خاص ذریعہ ہے اور یہ عمل ہر وقت میں مفید ہوتا ہے خواہ آپ زیر قانون علم النفس سفر کر رہے ہوں یا خلاف جگہ **ذلک من نکات الاسرار!**

قاعدہ:

کسی ملازمت اور کام ملنے کی غرض سے کسی کے پاس جانا ہو یا ملازمت کے لئے درخواست لکھنا ہو تو شمسی سر میں کام کرو۔ یعنی اگر درخواست لکھنا ہے تو شمسی میں لکھو اگر اس غرض کے لئے کسی افسر یا رئیس سے ملنا ہے تو شمسی سر کی پابندی کرو اگر قمری سر میں اس قسم کے کام کرو گے تو نقصان ہوگا اور ناکامی کا منہ دیکھنا ہوگا۔ اسی طرح اگر نفس متساویہ چل رہا ہو تو اس قسم کا کام شروع نہ کرو یعنی نہ درخواست لکھو نہ کسی متعلقہ افسر سے ملنے کے لئے گھر سے قدم نکالو۔

اس بیان نے قمری اور نفس متساویہ دونوں کا نتیجہ یکساں بنا دیا ہے اور یہ ٹھیک نہیں میں عرض کروں گا کہ قمری سر میں اس قسم کے کام کرنے کا یہ نتیجہ ہوگا کہ کام میں غیر معمولی دیر ہو جائے گی۔ اور اگر نفس متساویہ میں کام شروع کیا تو بہرحال نتیجہ ناکامی فتح اور مختتم ہوگا۔ **الا ماشاء اللہ۔**

قاعدہ:

اگر کوئی شخص دریافت کرے کہ غلہ خریدوں تو نفع ہوگا یا نقصان! اس کا قاعدہ یہ ہے کہ اگر سائل کا قمری سر چل رہا ہے (سوال کے وقت) تو آئندہ غلہ کا نرخ ارزاں ہوگا۔ تجارتی حیثیت سے خرید کرنے کا مشورہ نہ دو اگر شمسی سر میں سوال کیا ہے تو غلہ کا نرخ موجودہ نرخ سے آئندہ گراں ہوگا اور خریدنے والے کو نفع ہوگا۔ خریدنے کی اجازت دو۔ یہ نکتہ پہلے بیان کر چکا ہوں کہ جواب دیتے وقت صرف سائل کے سر کا ہی خیال نہ رکھا جائے بلکہ عامل اپنے سر کو بھی دیکھے۔ اگر سائل اور عامل دونوں کے سروں میں یگانگت اور یکسانیت ہے تو پھر جو نتیجہ اس پر حسب قاعدہ مرتب ہوتا ہے وہ اٹل ہوگا۔ اگر اختلاف ہے تو سائل کے سر کے مطابق جواب دینا ہوگا۔ لیکن وہ نتیجہ کمزور ضرور ہوگا اور یہ بھی یاد رکھو کہ غلہ وغیرہ کا نرخ روزانہ کم وبیش ہوتا رہتا ہے۔ لیکن جب

باقاعدہ اس نے جواب حاصل کیا ہے تو اس کو نقصان کا اندیشہ نہیں رکھنا چاہئے اور بصورت خلاف ورزی نفع کا خیال ترک کر دینا چاہئے۔ **باقی الغیب عنداللہ!**

قاعدہ:

اکثر سانس دیکھنے کا قاعدہ طلوع کے وقت ہی بیان کیا جاتا ہے۔ اور اس کتاب میں بھی یہ ہی وقت دیا گیا ہے۔ مگر جس طلوع آفتاب کے وقت سر کا امتحان کیا جاتا ہے۔ اسی طرح چاند کے طلوع کے وقت دیکھا جاتا ہے۔ جس وقت چاند طلوع ہو رہا ہو تو اس وقت قمری سر چلنا زیادہ مفید ہوتا ہے۔ چاند کے حساب کو اور اس کے طلوع و غروب کو زیادہ اس لئے نہیں لیا گیا کہ بعض تاریخوں میں چاند دن میں بھی دکھتا رہتا ہے۔ آفتاب کی شعاعیں اس کی روشنی کالعدم کر دیتی ہیں مگر اس کا جسم دن میں بھی آسمان پر دکھائی دیتا ہے اور اسی نظریہ سے تسلیم کر لیا گیا ہے کہ چاند میں بذاتہ نور نہیں ہے بلکہ جرم آفتاب سے منعکس ہوتا ہے۔

قاعدہ:

صبح جب بستر خواب سے اٹھو تو دیکھو کہ کون سا سر چل رہا ہے۔ جس طرف کا سر چل رہا ہو اسی طرف کے ہاتھ کو چوم کر اپنے منہ پر پھیر لو اور دن بھر ہر کام کی ابتدا اسی ہاتھ سے کرو کسی کو شے دو تو اس ہاتھ سے اگر حاکم کو عرضی دو تو اسی ہاتھ سے اگر کوئی تحفہ پیش کرو تو اسی ہاتھ سے اس قانون کی پابندی کرنے سے فائدہ ہوگا۔ چونکہ ہمارے یہاں کی تہذیب کا قاعدہ ہے کہ اس قسم کے کام داہنے ہاتھ سے ہی کرنا چاہئے۔ اس قاعدہ کے ماتحت جب ہم صبح اٹھے تو بایاں سر چل رہا تھا (قمری) تو اب دن بھر بائیں ہاتھ سے کام لینا دشوار ہے تو اس کے متعلق یہ قاعدہ ہے کہ دونوں ہاتھوں سے پیش کرو۔ داہنا ہاتھ تہذیباً ساتھ لگا لو مگر چیز بائیں ہاتھ میں ہی رہے۔

قاعدہ:

پیر، بدھ، جمعرات، جمعہ قمری سر سے متعلق ہیں اور ہفتہ، اتوار، منگل شمسی سے متعلق ہیں۔ شمسی سر سے متعلقہ کام شمسی دنوں میں شروع کرو اور قمری سر سے متعلقہ کام قمری دنوں میں کرو۔ لیکن منگل کا دن نفس متساویہ سے بھی منسوب ہے۔ یوں تو ہر دو دو گھنٹہ کے بعد قمری شمسی سر تبدیل

ہوتے رہتے ہیں۔ لیکن صبح طلوع کے وقت اور دوپہر کو (ضحوائے کبرے) اور شام کو (غروب کے وقت) اگر شمسی سر چلتا ہو تو وہ دن بہت سعد ہوگا۔ خوشی اور نفع ہی رہے گا۔

قاعدہ:

ابتداء میں جو تاریخیں قمری شمسی سر کی بتائی گئی ہیں۔ وہ تاریخیں قمری مہینہ کی ہیں۔ علم النفس میں جس جگہ کوئی تاریخ آئے اس سے مراد چاند کی تاریخ ہوگی انگریزی ہندی اور کوئی تاریخ سے علم النفس میں کام نہیں لیا جاتا۔ ہاں اگر مطابقت کرتے ہوئے پھر عام فہم بنانے کے واسطے اگر کوئی دوسری تاریخ بتا دی یا لکھ دی جائے تو کوئی حرج نہیں۔

قاعدہ:

اکثر ایسا ہوتا ہے کہ کوئی صاحب تحریر کے ذریعہ سوال کرتے ہیں۔ اب وہ سامنے نہیں کہ ان کے سر کا امتحان کیا جائے۔ اس لئے کاتب اور سائل کو لازم ہے۔

کہ سوال لکھتے وقت اپنے سر کا امتحان کرے جو سر چلتا ہو یعنی جس سر میں سوال لکھا گیا ہو۔ اس کا حوالہ لکھ دے۔ اگر خط میں کوئی حوالہ نہیں تو پھر عامل کا سر اس وقت قائم مقام سائل کے ہوگا۔ جس وقت سوال پڑھے اس وقت اپنے سر کو عامل دیکھ لے بس جو سر چلتا ہو اس کے مطابق جواب دے اگر کوئی ان قوانین کی پابندی کرے گا تو نفع سے خالی نہیں۔

قاعدہ:

اگر کوئی صاحب باقاعدہ علم النفس کے ذریعہ سوال جواب دیتے ہیں۔ یعنی بطور پیشہ اس کام کو کرتے ہیں یا کرنا چاہتے ہیں تو ان کو اپنی نشست گاہ ایسے مقام پر کرنا چاہئے کہ داہنے اور بائیں دونوں طرف سے آدمی بغیر کسی ممانعت اور رکاوٹ اور تکلف کے آسکتے ہیں۔ اگر ایسی جگہ نہیں تو اپنی نشست ایسے موقع پر رکھیں کہ داہنے اور بائیں دونوں طرف آدمی حسب منشاء بیٹھ سکتا ہو۔ اگر ایسی جگہ یا نشست ہے تو علم النفس کے ذریعہ سے جواب آسانی سے دیئے جا سکتے ہیں اور تقریباً صحیح ہوں گے۔ اب ایسی عام جگہ ہے کہ جہاں آدمی جس طرف چاہے بیٹھ سکتا ہے۔ اور کوئی سائل آئے اور چلتے سر کی طرف بیٹھ کر سوال کرے۔ خواہ کسی قسم کا ہو۔ بشرطیکہ بند سر کی

طرف سے آیا ہے اور چلتے سر کی طرف بیٹھ کر سوال کرے۔ خواہ کسی قسم کا ہو۔ بشرطیکہ بند سر کی طرف سے آیا ہے تو مقصد فوراً پورا ہوگا۔ اگر بیٹھا تو کھلے نتھنے کی طرف ہے۔ مگر بند نتھنے کی طرف سے نہیں آیا تو کامیابی ہوگی مگر دیر میں۔

قاعدہ:

بعض آدمی بعض اشیا نہیں کھاتے اور ان کا تجربہ ہے کہ ہم جب یہ شے کھاتے ہیں نقصان پاجاتے ہیں۔ مثلاً اکثر آدمی تیل نہیں کھاتے۔ اگر اتفاق سے تیل میں پکی ہوئی شے کھالیں تو ان کو زکام اور کھانسی ہو جاتی ہے۔ بعض اصحاب کو بعض اشیا سے اسہال ہو جاتے ہیں۔ علاوہ ازیں ایک تجربہ تو عام ہے وہ ہی شے جو آپ نے کئی مرتبہ یا بہت سی مرتبہ کھائی ہے اور کوئی نقصان اس نے کیا بعض وقت وہ شے ایسا نقصان پہنچا دیتی ہے کہ انسان تکلیف پا جاتا ہے۔ اس کے اسباب اور نفع نقصان کا قانون حکماء اخلاط بتاتے ہیں۔ نجوم سیاروں کے اثرات کو تسلیم کرتا ہے۔

لیکن واقعہ یہ ہے کہ یہ قوانین علم النفس کے ماتحت ہیں اور تجربہ نے ثابت کر دیا ہے کہ اگر علم النفس کے قوانین کی پیروی کی جائے تو نقصان دینے والی شے نقصان نہیں دیتی بلکہ برعکس مفید ہو جاتی ہے۔ وہ قانون یہ ہے کہ گرم اشیاء عموماً اس وقت استعمال کرو۔ جب داہنا یعنی شمسی سر چل رہا ہو۔ اس پابندی سے کوئی شے نقصان نہیں کرے گی اور جب آپ اس کے برعکس کریں گے یعنی گرم اشیا شمسی سر میں اور سرد اشیا قمری سر میں کھائیں گے وہ شے نقصان کر جائے گی گو اس سے قبل نفع دیتی رہی ہو۔

''قلم را نیست مجبوری بیان را نیست پایانے'' علم کی کوئی حد نہیں جس علم پر انسان چاہے ہزاروں لاکھوں کتابیں لکھ سکتا ہے۔ سخن کی کوئی حد نہیں ہے۔ اگر میں چاہوں۔ (بحکم خدا) تو اس بیان کو طول دیتا جاؤں۔ لیکن میرے علم میں اس فصل کے ماتحت وہ چند قوانین آچکے جو دنیوی کاروبار میں ممد و معاون ہو سکتے ہیں۔ اور سچ تو یہ ہے کہ ''اگر یک حرف بیست است'' ساری کتاب پڑھ کر اگر کوئی ایک بات پر بھی عمل کرے تو مطالعہ کا منشاء اور تصنیف کی غرض ایک حد تک پوری ہو سکتی ہے۔ مگر عام طبائع اس رنگ کی ہوتی ہیں کہ کتاب کا مطالعہ کریں اور طاق میں رکھ دیں۔

اگر صد باب حکمت پیش ناداں
بخوانی آیدت بازیچہ در گوش
نگویند از سر بازیچہ حرفے
کزاں پندے نگیر و صاحب ہوش

میں نے اپنی بساط کے مطابق بہت کچھ کہہ دیا اور لکھ دیا اب میں دوسری قسم علم النفس کی بیان کرتا ہوں۔ **وما توفیقی الا باللہ!**

✲

باب دوئم

بداں اے جاں برادر کہ علم النفس دو قسم پر منقسم ہے۔ قسم اول در سوال و جواب و چگونگی کار وافعال و انجام و آغاز قسم دوم متعلق عملیات و عبادات اور یہ قسم کاملین عاملین صالحین سے متعلق ہے مگر عوام کے واسطے بھی نفع سے خالی نہیں اس لئے کہ بعض قوانین عملیات سے متعلق ہیں اور ہر عمل میں اثر زیادہ کرتے ہیں۔

ارباب بینش پر مخفی نہیں کہ عمل اور وظیفہ میں فرق ہے۔ وظیفہ کی غایت اور غرض ثواب آخرت اور عبادت ہے اور عمل مخصوص کسی دنیوی مقصد پر ہوتا ہے۔ لیکن نماز جو افضل ترین عبادت ہے۔ حکیم مطلق نے اس کے اوقات اور طریق نشست و برخاست مقرر فرما دیئے ہیں اگر کوئی حکمت الٰہیہ اس تعین اوقات اور طریقہ نشست و برخاست میں نہ ہوتی تو سیدھا سادھا حکم دے دیا جاتا کہ جس وقت جی چاہے اور جس طرح چاہو نماز پڑھ لو۔ مگر رکوع و سجود کا تعین اور قیام و قعود کی تخصیص نے ثابت کر دیا کہ رکوع اس حالت میں ادا ہوگا جب دوتا پشت ہو جائیں اور سجدہ جب ہی ادا ہوگا جب ہم سر بسجود ہو جائیں۔ معلوم ہوا کہ نشست و برخاست میں تعمیل اور قبولیت ہے۔ جب تک ہم جھکیں گے نہیں، رکوع ادا نہ ہوگا اور جب رکوع نہ ہوگا تو اس کا نتیجہ (ثواب) بھی نہ ملے گا۔ ثواب خود کسی فعل کا اثر ہے اور ثواب جب ہی ملے گا جب وہ فعل حسب قانون ادا ہو جائے گا۔ اگر حسب قانون ہر رکن ادا نہ ہوا تو عبث ہوا اور کوئی ثواب اس کا نہ ہوگا یعنی کوئی اثر نہ ہوگا۔ اگر وقت معینہ کے اندر نہ پڑھیں گے تو اثر نہ ہوگا۔ ان ہی قوانین ربانی پر نظر کرتے ہوئے عاملین نے دونوں شرطیں عمل میں رکھی ہیں یعنی پابندی اوقات اور طریق نشست مگر اکثر لوگ اس رکن اعظم سے ناواقف ہیں عملیات میں نہ وقت کی پابندی کرتے ہیں نہ نشست کی اور علم النفس کا حصہ دوم ان ہی قوانین کی رہنمائی کرے گا۔

<u>نوٹ:</u> عبادت شرعی میں جگہ کی تخصیص نہیں یعنی تمام مسجد روئے زمین ہے جس جگہ جی چاہے نماز پڑھ لو۔ لیکن باوجود اس عمومیت کے پھر بھی خصوصیت ضرور ہے۔ مثلاً گھر میں نماز پڑھنے سے مسجد میں نماز پڑھنے کا زیادہ ثواب ہے۔ حالانکہ زمین ایک ہی ہے۔ اسی طرح مسجد سے جامع مسجد اور علی الترتیب حرم کعبہ سب سے افضل ہے۔ لیکن آپ کہیں گے کہ یہ تو افضلیت ہے۔

تخصیص نہیں عمل تخصیص کرتا ہے۔ میں عرض کروں گا کہ عمل میں تخصیص کی ضرورت ہے۔ عبادت عام ہے اور عمل خاص لہٰذا عبادت میں شان عمومیت اور عمل میں شان خصوصیت پائی جائے گی۔ اس بحث سے صرف اس قدر ثابت کرنا مقصود ہے کہ عمل میں نشست پابندی وقت تعین مقام خاص رکن ہیں اور ان ارکان کی پابندی سے عمل میں اثر پیدا ہوتا ہے۔ دو رکن یعنی مقام اور وقت یہ تو کوئی خاص شے نہیں جس پر زیادہ تفصیل سے بحث کی جائے گی تاہم بعض قوانین جو ضروری ہیں ان پر سرسری سی نظر ڈالنے کی ضرورت ہے۔

قسم اول

پابندی وقت سے مراد ستارے کی ساعت بھی ہے اور مطلق ساعت بھی ہے اور دونوں اپنی اپنی جگہ موثر اور قابل عمل ہیں۔ قوانین علم النفس میں پابندی وقت سے مراد ساعت مطلق ہے۔ یعنی جس وقت میں کل عمل کیا تھا۔ آج بھی اسی وقت عمل کریں مثلاً آپ دن کے دس بجے یا رات کے دس بجے ایک عمل شروع کرتے ہیں تو روزانہ اس وقت کیا کریں۔ اس سے غرض نہیں کہ کل دن کے دس بجے کس ستارے کی ساعت تھی اور آج دن کے دس بجے کس ستارے کی ساعت ہے۔ مثلاً دن کے دس بجے کل مریخ کی ساعت تھی اور آج قمر کی ہے لیکن وظائف اور علم النفس میں ہی یہ پابندی ہے۔ عملیات عامہ میں بجائے وقت کے ستارے کی پابندی کی جائے اور اس طرح وقت کا تفاوت ہوتا رہے گا۔ یعنی اگر آپ نے شمس کی ساعت میں کوئی عمل شروع کیا ہے تو روزانہ ساعت شمس میں ہی کریں اس سے غرض نہیں کہ کل دن کے دس بجے ساعت شمس تھی اور آج دن کے پانچ بجے ہے۔ چونکہ مجھے عملیات کا بیان یہاں مقصود نہیں لہٰذا میں اس بحث کو ترک کرتا ہوں اور علم النفس کا بیان کرتا ہوں۔ جو عمل بھی میں اس کتاب میں بیان کروں گا اس کا وقت بھی رہے گا جو اول دن تھا اور جس جگہ سر کی تخصیص ہوگی وہاں تفصیل کر دی جائیں گی۔ لیکن تعین سے مراد سیکنڈ اور منٹ نہیں چوبیس منٹ کی ایک گھڑی ہوتی ہے۔ لہٰذا چوبیس منٹ کی تاخیر وقت میں داخل نہیں۔ لیکن ایک گھڑی تک کی تاخیری کر سکتے ہیں ابتدا نہیں کر سکتے۔ مثلاً ایک شخص نے رات کے دس بجے عمل شروع کیا ہے تو دوسرے دن ۱۰ بج کر ۱۴ منٹ پر عمل کر سکتے ہیں۔ لیکن جب دس بجنے میں ۲۴ منٹ ابھی باقی ہیں تو عمل شروع نہ کریں۔ تاخیر ہو سکتی ہے مگر تقدیم نہیں ہو سکتی۔

ہاں دس منٹ کی تقدیم بھی ہوسکتی ہے۔اس سے زیادہ تقدیم عمل میں نقصان دہ ہے۔لیکن ان قیود اور پابندی کے باوجود ضروریات اور مجبوریاں قابل معافی ہیں۔آپ کو معلوم ہے کہ حالت اضطرار اور مجبوری کے وقت خدائے ذوالجلال نے اپنے فرائض معاف فرمادیئے اور حرام کو حلال فرمادیا۔''اگر تم مریض ہو یا سفر میں ہو تو روزہ مت رکھو۔اور جب صحت ہو جائے یا مقیم ہو جاؤ تو روزہ کی قضا رکھ لو۔ترجمہ قرآن پاک:''یعنی اگر آپ نے عذر شرعی کے سبب سے روزہ نہیں رکھا اور بعد سقوط عذر روزہ رکھا تو یہ قضا روزہ بھی قائم مقام ادا کے ہوگا۔تمہارے اجر وثواب میں کوئی کمی نہیں کی جائے گی۔لیکن جب باوجود صحت یا قیام کے آپ نے قضا نہیں رکھی تو آپ پر ترک فرض کا گناہ ہے اور جو رعایت قدرت نے آپ کی مجبوری پر عطا فرمائی تھی وہ واپس لے لی جائے گی۔''

دوسرا قانون یہ ہے حرام کیا ہے اللہ تعالیٰ نے تم پر مردار اور خون اور سور کا گوشت اور جو سوائے خدا کے کسی دوسرے کے نام پر ذبح کیا جائے۔لیکن اگر حالت اضطرار ہو (اور تم ان میں سے کسی ایک کا حسب ضرورت استعمال کرلو) تو تم پر کوئی گناہ نہیں جب حرام اشیاء اور فرائض خداوندی کا ترک حالت اضطرار میں قابل مواخذہ نہیں۔تو عمل کی پابندی کیا شے ہے جس کو اثر قدرت زائل کردے جب کہ بوجہ مجبوری ہم نے اس کے کسی قانون کو عارضی طریق پر ترک کردیا ہے۔ان ادلہ اور شواہد کی روشنی میں جو پابندی بوجہ مجبوری آپ سے نہ ہو سکے تو آپ کسی وقت ترک کرسکتے ہیں۔اور اس سے عمل میں کوئی نقصان نہیں آتا۔مثلاً آپ سو گئے اور وقت نکل گیا۔(جو وقت آپ کے عمل کا معین تھا) یا کسی اور خاص مجبوری کی وجہ سے آپ وقت پر عمل نہ کرسکے تو دوسرے وقت اس عمل کو کرسکتے ہیں اور وہ بے وقت بھی قائم مقام وقت کا ہوگا اور اثر میں کوئی فرق نہ آئے گا۔لیکن اگر آپ نے قصداً وقت ترک کردیا تو عمل کے اثر میں فرق آجائے گا اور یہ ایک عام قانون ہے۔عملیات علم النفس پر ہی موقوف نہیں۔

قسم دوم

پابندی مقام وتعین منزل یہ بھی عمل میں ضروری شے ہے۔یعنی جس جگہ آپ نے پہلے دن عمل شروع کیا۔آخر تک اسی جگہ عمل کرتے رہو اور حتی الوسع اس مقام کی تبدیل نہ کرو۔بظاہر یہ

پابندی نامناسب معلوم ہوتی ہے ہم جس جگہ بھی عبادت کریں وہاں عبادت ادا ہو جائے گی۔عمل کا تعلق خدا سے ہے یا ملائکہ سے اور یہ کسی مقام سے مخصوص نہیں لیکن علماء حکماء اور عاملین نے بہت ہی غور وخوض کے بعد یہ فیصلہ دیا ہے کہ مقام کی تبدیلی سے اثرات عمل میں فرق آجاتا ہے۔اور اس میں چند نکات ہیں جن کی صحت سے انکار نہیں کیا جاسکتا۔

دلیل اول: انسان یا حیوان' چرند ہو یا پرند' جن ہوں یا ملائکہ تمام اپنے مسکن ومولد سے مانوس ہوتے ہیں۔ترک وطن پر چند خاص قوتوں میں نقصان آجاتا ہے مثلاً ہمت وشجاعت جو اپنے مسکن اور گھر پر ہوتی ہے۔دوسری جگہ نہیں ہوتی جس جگہ جس عمل کی ابتدا ہوتی ہے۔وہ ہی اس کا مولد اور مسقط الراس ہوتا ہے اور اپنی تمام تر قوت حاصل کرتا ہے۔دوسری جگہ تبدیلی میں کامل قوت نہیں رہتی۔

دلیل دوم: یہ امر باتفاق ثابت ہے کہ عمل کا تعلق ملائکہ سے ہوتا ہے۔ملائکہ (متعلقہ عمل) اس مقام سے منسوب ہو جاتے ہیں۔جہاں عمل کیا گیا ہے۔لیکن جب دوران عمل میں جگہ تبدیل کی جائے تو فرشتے پریشان اور سراسیمہ ہوتے ہیں۔تبدیلی مقام ان کو گراں ہوتی ہے اور تاثیر عمل میں فرق آجاتا ہے۔

دلیل سوم: جس جگہ عمل شروع کیا جاتا ہے بخور کے سلگانے اور عطر وغیرہ کے استعمال سے اس جگہ کی آب وہوا لطیف اور جراثیم سے پاک ہو جاتی ہے اور یہ امور بھی تاثیر عمل میں ممد ومعاون ہوتے ہیں اور بھی چند باریک نکات تعین مقام میں ہیں۔جن کے ذکر کا یہاں محل اور موقع نہیں ہے۔کیونکہ ان کا تعلق عملیات جلالی وجمالی سے ہے۔عملیات علم النفس سے ان کا تعلق نہیں۔بہر حال تعین مقام ایک ضروری رکن عمل کا ہے۔لیکن بعض اصحاب ایسے ہیں جو ایک جگہ چند یوم رہتے ہی نہیں۔بقولے:

ایک جا رہتے نہیں عاشق بدنام کہیں
دن کہیں رات کہیں صبح کہیں شام کہیں

تو ایسے اصحاب نہ پابندی نظام کرسکتے ہیں نہ کوئی عمل کرسکتے ہیں۔ایسے اصحاب جن کا قیام عارضی رہتا ہو اور یقین نہ ہو کہ ہمارا قیام رہے گا تو ایسے اصحاب کے واسطے عاملین نے یہ

قانون بنا دیا ہے کہ ابتدا ہی سے بجائے جگہ کے مصلی یعنی سجادہ کو مقام اور مکان تصور کریں یعنی جب عمل شروع کریں تو پہلے دن سے یہ نیت کریں کہ میں اس مصلے کو قائم مقام عمل بناتا ہوں۔ اب تبدیلی مقام میں نقصان نہیں۔ جس جگہ آپ یہ سجادہ بچھائیں گے وہ جگہ عمل کی ہوگی لیکن یہ سمجھ لیجیے کہ سجادہ کو قائم مقام بنانا ان ہی لوگوں کے لئے کارآمد ہے۔ جن کو اپنے قیام کا یقین نہ ہو جن اصحاب کو اپنے قیام پر اعتماد ہے۔ ان کے لئے سجادہ کا تعین اچھا نہیں۔ سجادہ کی پابندی مجبوری کے لئے ہے۔ اصلی شے تو مقام ہی ہے۔ (مقام مکان) ایک بات یہ معلوم کر لیجئے کہ ایک صاحب نے عمل اپنی جگہ شروع کیا۔ بظاہر سفر اور ترک وطن کے نہ کوئی آثار تھے نہ کوئی خیال اچانک دوران عمل میں ترک وطن و مقام کی صورت پیدا ہوگئی۔ تو ایسی حالت میں وہ ہی مجبوری اور معذوری اور حالت اضطرار پیدا ہوگئی اور یہ معاف ہے اس عمل میں فرق نہیں آتا کیونکہ حالت اضطرار و اجبار قابل مواخذہ نہیں۔

قسم سوم

تیسری قسم نشست عمل ہے اور یہ بڑی حد تک عملیات علم النفس سے مخصوص ہے اور یہ فصل اسی قانون پر مشتمل ہے۔ دو قسمیں جو پہلے بیان کر چکا (تعین وقت و مقام) وہ تو ہر عمل کا جزو ہے لیکن قسم سوم یعنی نشست عام نہیں واضح ہو کہ نشست کا اثر سانس پر بھی ہوتا ہے۔ یعنی نشست کی تبدیلی پر سانس کی نوعیت اور رفتار میں فرق آ جاتا ہے اور رفتار نفس ہی ہمارا مقصد ہے۔ لہٰذا طریق نشست قانون عمل میں نہیں بلکہ عین عمل میں داخل ہے۔ دیگر قوانین کے فوت ہو جانے پر اثر میں کمی آ جانے کا خیال ہے۔ مگر نشست کے فرق میں اصل عمل میں ہی نقصان آ جاتا ہے۔

چونکہ نشست مختلف ہے یعنی انسان کئی طریقوں پر بیٹھ سکتا ہے۔ اس لئے ہر عمل کے لئے جداگانہ نشست ہے اور میں بعون اللہ اس کی تفصیل بیان کرتا ہوں۔

یہ تسلیم شدہ امر ہے کہ انسان بلکہ تمام عالم چار عناصر سے مرکب ہے۔ آتش باد آب خاک طبی نام سودا صفرا بلغم خون ہے دنیا کی کوئی شے ان عناصر سے خالی نہیں بلکہ ہر عضو خود چہار عنصر سے مرکب ہے۔ یعنی آتش میں بھی باد آب خاک ہے اور خاک میں بھی آب باد آتش موجود ہے اور یہ تقسیم ایک ایسی مسلسل تقسیم ہے جس طرح دائرہ کی تقسیم آغاز و انجام سے

نابلد ہے۔ حالانکہ اس دائرہ کا آغاز اور انجام تھا۔ دائرہ کھینچنے والا صرف اپنے تصور میں آغاز و انجام رکھے ہوئے ہے اور اسے معلوم ہے لیکن دنیا کی کوئی دوسری طاقت دائرہ کا آغاز و انجام معلوم نہیں کر سکتی۔ بہر حال شمسی اور قمری سروں میں بھی ان عناصر کی شمولیت ہے اور اس کی تقسیم ذہنی یہ ہے کہ جب سانس تبدیل ہوتی ہے۔ (شمسی قمری سے یہاں بحث نہیں) تو پہلا حصہ آتش کا دوسرا حصہ باد کا۔ تیسرا آب کا' چوتھا خاک کا چونکہ تبدیلی نفس کا کوئی خاص قانون نہیں بلکہ عوارض جسمانی اور حوادثات آسمانی اور آفات ارضی کا اثر نفس پر پڑتا ہے اور یہ وقت سے قبل بھی ۲ گھنٹہ سے قبل سر تبدیل کر لیتا ہے۔ تاہم میں ایک ضابطہ کے اندر لانے کو میں ہر سر کی مقدار دو گھنٹہ مقرر کرتا ہوں۔ جس کو چار پر تقسیم کرنے سے ہر عنصر کے حصہ میں ۳۰ منٹ آتے ہیں۔ جس کا نتیجہ یہ نکلا کہ جب سر تبدیل ہوتا ہے تو ۳۰ منٹ پہلے آتش کے بعد ازاں باد کے بعد ازاں آب کے بعد ازاں خاک کے یہ دورہ ہے دائماً ابداً یہ عرصہ کوئی یقینی نہیں ہے اس میں تغیر و تبدل اور کم و بیش ہوتا رہتا ہے۔ اس جگہ میں آپ کی توجہ اس کتاب کے ابتدائی حصہ کی طرف مبذول کروانا چاہتا ہوں جہاں میں نے نفس کو سیارگان پر تقسیم کیا تھا اور تین ستاروں کا بیان میں کر چکا تھا اور بقایا چار سیارگان رہ گئے تھے ان کے متعلق میں نے اعلان کیا تھا کہ آخر کتاب میں ان ہر چہار سیارگان کی بحث کروں گا۔ لہٰذا قسم سوم یعنی نشست میں اس کی بحث آئے گی۔ اب آپ اس کتاب کے ابتدائی حصہ میں تقسیم سیارگان پر نظر ڈالئے جو یہ ہے اور میں بنظر سہولت دوبارہ مختصر تشریح کرتا ہوں۔ ضحوائے کبریٰ' مریخ' غروب' مشتری' جب سانس سیدھے نتھنے سے الٹے نتھنے کی طرف منتقل ہو تو ابتدائی حصہ زحل' جب سانس الٹے نتھنے سے سیدھے نتھنے کی طرف رجوع کرے۔ زہرہ' ایک تقسیم اور بھی ہے جس کا ذکر اسی کتاب میں کسی جگہ کر دیا ہے۔ مگر وہ تقسیم اور علیحدہ سبق سے متعلق ہے۔ یہاں اسی تقسیم سے کام لیا جائے گا۔ میں نے ابتدائی حصہ میں بتا دیا ہے کہ تین سر تو نمایاں ہیں۔ یعنی شمسی' قمری' عطارد اس میں کسی غور و خوض اور تفکر و تدبر کی ضرورت نہیں۔ نہ کسی تعلیم و تعلم کی حاجت' البتہ ان چہار سیارگان کی ساعت معلوم کرنے کے لئے دو قاعدے ہیں۔ جس میں سے ایک قاعدہ اسی کتاب میں دوسری جگہ بیان کر چکا ہوں۔ لیکن وہ قاعدہ ان ہی اصحاب کے کام کا ہے جو ضبط نفس کا حساب رکھتے ہیں۔ اگر ہمیں کسی وقت بھی معلوم

کہنا ہے کہ اس وقت جو سانس چل رہی ہے وہ کس عنصر سے متعلق ہے تو اس کا طریق یہ ہے کہ آپ ایسی جگہ سکون سے لیٹ جائیں جہاں ہوا مطلق نہ ہو۔ کبوتر یا کسی اور ننھے سے پرندے کا باریک پر لیجئے۔ یا روئی کا پاشاں کر کے اپنے نتھنے کے سامنے رکھے اور دیکھئے کہ ہوا کا اثر (ناک کے نتھنے سے جو ہوا نکل رہی ہے اس سے مراد ہے) کتنی دور پہنچ رہا ہے۔ لیکن آپ قصداً زور سے سانس نہ نکالی بلکہ جس طرح سانس لے رہے ہیں اسی طرح سانس نکل کر (نتھنے سے) دیکھیں کہ روئی یا پر اڑتا ہے یعنی ہوا کے اثر سے متحرک ہوتا ہے۔ بس جس جگہ متحرک ہو اس جگہ کو خوب صحیح کر کے ناپ لیں اگر نتھنے سے وہ جگہ ایک گرہ ہے تو آتشی' دو گرہ کا فاصلہ تو بادی' اگر تین گرہ کا فاصلہ ہو تو آبی' اگر چار گرہ کا فاصلہ ہے تو خاکی سر شار ہو گا۔ بعض نفس شمسی بظاہر چل رہا ہے لیکن امتحان میں آبی' بادی' خاکی' آیا تو اب آپ اسے کیا کہیں گے۔ نتھنا تو شمسی چل رہا ہے لیکن فاصلہ دوسرا عنصر بتا رہا ہے تو اب آپ حیران ہوں گے کہ اسے شمسی (گرم) یا آبی (سرد) کہیں۔ میں عرض کروں گا کہ ذات تو شمس ہی رہے گی لیکن صفت آبی یا خاکی ہو گی اور یہ ایک طویل بیان ہے یہ مختصر رسالہ اس طویل بحث کا متحمل نہیں اور نہ عام طریق پر اس بحث کی ضرورت پڑتی ہے۔ جن ارباب فہم و ذکاء کا دماغ اس حد تک پہنچے گا وہ اپنی عقل خداداد سے یہ بھی معلوم کر لیں گے کہ ایک صفت دوسری صفت میں مدغم ہو جاتی ہے۔ جس طرح مشتری باوجود سعد ہونے کے بعض گھروں میں اپنا اثر اور اپنی صفت عدم کر لیتا ہے۔ لیکن ذات قائم رہتی ہے اسی طرح زحل باوجود نحوست کے بعض مقام پر اپنی طبیعت بدل لیتا ہے لیکن ذات وہ ہی رہتی ہے۔

ایک محقق نے ایک اور شناخت بیان کی ہے جس سے مجھے اتفاق نہیں۔ اس لئے کہ یہ شناخت ہی ایسی ہے جسے شناخت کرنا بجائے خود ایک معمہ ہے تاہم میں بیان کئے دیتا ہوں۔ ایک آئینہ صاف شفاف لو اور ناک کے نتھنوں کے قریب لا کر خوب زور سے سانس اس پر ڈالو بخارات اڑ کر آئینہ پر جم جائیں گے اور آئینہ دھندلا ہو جائے گا اس بخار سے جو دھندلا پن آئینہ پر بنے گا۔ اس شکل کو خوب غور سے دیکھو اگر وہ شکل مثلث سی معلوم ہو تو آتشی سر ہے اگر یہ شکل دائرہ ہے تو بادی اگر بصورت شمشیر یا ہلال ہو تو آبی اگر مربع ہو تو خاکی سر تصور کرو۔

قاعدہ:

آٹے کی چار گولیاں دانہ نخود کے برابر اس کو مختلف چار رنگوں میں رنگ لو۔ ایک سفید رہے' دوسری زرد' تیسری سبز' چوتھی سرخ یہ گولیاں جیب میں یا کسی برتن میں ڈال لو اب جس وقت معلوم کرنا ہو کہ اس وقت کون سا عنصر ہے تو بے دیکھے ہوئے ایک گولی نکالو۔ جس رنگ کی گولی ہاتھ میں آ جائے وہ عنصر اس وقت ہو گا اگر سپید گولی نکلے تو آبی سرخ نکلے تو آتشی ہے۔ سبز نکلے تو بادی ہے' زرد نکلے تو خاکی ہے۔

قاعدہ:

دھوپ میں آنکھیں بند کر کے کھڑے ہو جاؤ اور غور کرو کوئی رنگ آنکھوں کے سامنے فضا میں رقص کرتا ہوا چشم تصور سے نظر آئے گا۔ بس جو رنگ نظر آئے وہ ہی عنصر اس وقت غالب ہے۔

قاعدہ:

ہر دو قاعدہ بالا (گولیوں والا اور آنکھیں بند کرنے والا) پر خوب دو تین دن مشق کرو۔ مشق سے بغیر غلط ہوئے آپ اندک وقت میں غالب عنصر کو معلوم کر لیں گے اور ایک امتحان اس طرح کرو کہ کسی سے اپنے گھر میں کہیں کہ وہ چار رنگوں میں سے کوئی رنگ اپنے دل میں لے لے۔ اسے بتا دو کہ ان چار رنگوں میں سے کوئی رنگ اپنے دل میں لو۔ جب وہ رنگ لے لے تو آپ اپنی مشق سے بتا دیں گے کہ فلاں رنگ لیا ہے۔ ممکن ہے کہ ابتداء میں دو ایک مرتبہ غلطی ہو مگر مشق سے آپ صحیح بتا دیا کریں گے۔

قاعدہ:

جیسا کہ میں نے شروع باب میں عرض کیا ہے کہ یہ فصل باب العملیات ماتحت علم النفس ہے اور اس وقت تک جو بیان کیا گیا یہ سب قوانین تھے۔ اب میں عملیات کے چند قواعد بیان کرتا ہوں۔ لیکن آپ ان کو معمولی یا سطحی نہ جانیں بلکہ یہ ایک سائنس ہے جو بے نتیجہ اور بے اثر نہیں ہو سکتے۔ جس طرح آگ سے کسی شے کا گرم ہو جانا ایک بدیہی بات ہے اور ناممکن و محال ہے کہ نم

پانی کے نیچے آگ جلائیں اور پانی گرم نہ ہو۔ اسی طرح یہ بھی ناممکن اور محال ہے کہ علم النفس کے تحت کا کوئی عمل کیا جائے اور اس میں اثر نہ ہو ہاں خدائے قادر وتوانا کو اختیار ہے کہ وہ آگ کی گرمی اور پانی کی سردی معطل کر دے لیکن وہ فطرت تبدیل نہیں کیا کرتا۔ اس لئے کبھی نہیں ہوا کہ آگ کی گرمی زائل و باطل ہو جائے۔ اسی طرح کبھی نہیں ہو سکتا کہ علم النفس کے تحت کا عمل باطل ہو جائے۔ ہاں اگر کوئی نادان جگنو کا انگارہ اور سرخ کپڑے کے ٹکڑے کو اخگر جان کر آگ کا کام لینا چاہے تو وہ اس اثر میں باطل ہوگا۔ ہر سرخ شے آگ کا انگارہ نہیں۔ گو کوئی نادان لاعلمی سے اسے آگ کہہ دے۔

اب میں ایک نکتہ واضح اور صحیح طریق پر بیان کرتا ہوں۔ یہ طریقہ میں نے دوسری کتابوں میں بھی دیکھا ہے مگر ناتمام ہے۔ میں نہیں کہہ سکتا کہ ان اصحاب نے قصداً ضروری نکتہ چھپا لیا۔ یا ان کی رسائی اس تک نہ ہوئی۔ تاہم میں مکمل اور مفصل بیان کرتا ہوں اور دعوت عام دیتا ہوں کہ آپ میری تحریر پر عمل کریں اور اس قدرتی اور حقیقی علم سے فائدہ حاصل کریں۔ میں شمسی اور قمری سر چلنے کی تاریخیں تو ابتدائے کتاب میں بیان کر آیا ہوں۔ لیکن مکرر عرض ہے کہ چاندی ۴، ۵، ۶، ۱۰، ۱۱، ۱۲، ۱۶، ۱۷، ۱۸، ۲۲، ۲۳، ۲۴، ۲۸، ۲۹، ۳۰ ان تاریخوں میں طلوع آفتاب کے وقت شمسی یعنی داہنا نتھنا چلتا ہے۔ ان تاریخوں میں آپ ایسا کریں کہ طلوع آفتاب کے وقت یعنی جب آفتاب طلوع ہو چکا ہو تو اپنی نگاہ آسمان کی طرف لگا دیں یعنی ٹکٹکی باندھ کر بغیر پلک جھپکائے آسمان کو دیکھیں۔ مگر طلوع آفتاب سے نظر ہٹا کر داہنی طرف دیکھنا شروع کریں۔ اگر آپ عین آفتاب کی طرف نظر لگائیں گے تو آفتاب کی چمک بصارت کو خیرہ کرے گی۔ اس لئے آفتاب پر نظر نہ کریں۔ بلکہ داہنی طرف نظر کو ہٹا دیں یعنی جنوبی حصہ کو دیکھنا شروع کریں۔ جب نظر بالکل تھک جائے تو پلک مار لیں۔ یہ مشق آپ پندرہ منٹ کریں۔ چونکہ درمیان میں قمری سر چلنے کی تاریخیں آئیں گی۔ اس لئے قمری تاریخوں میں مشق مغرب کی طرف کریں۔ اب یہاں یہ سمجھ لیں کہ یکم، دوم، سوم کو قمری تاریخیں ہیں۔ ان تاریخوں سے مشق شروع نہ کریں۔ بلکہ ۴ سے شروع کریں۔ ۴، ۵، ۶ کو جنوبی حصہ پر نظر جمائیں۔ ۷، ۸، ۹ کو مغرب کی طرف نظر جمائیں۔ پھر ۱۰، ۱۱، ۱۲ کو بدستور مشرق کے جنوبی حصہ پر اسی طرح تیس دن عمل کریں آخر میں یکم، دوم، سوم قمری تاریخیں آئیں

گی۔ پھر ۴، ۵، ۶ سے شمسی آجائیں گی۔ ایک یہ بات یاد رکھیں کہ مشرق کی طرف جنوبی کنارہ کو دیکھیں۔ اور مغرب کی طرف اسی طرح روزانہ مشق کرتے رہیں۔ میں نے پندرہ منٹ کی مشق بتائی ہے لیکن شوق تماشا اور ذوق تمنا اگر آپ مجبور کرے تو آپ اس سے زیادہ دیر تک دیکھا کریں۔ جب آپ مشق شروع کریں گے تو تیسرے دن آپ کی نگاہوں میں ایسا منظر پیش ہوگا۔ کہ ایک دریا ہے جو لہریں مار رہا ہے۔ بعد ازاں آپ کو رنگ رنگ کے ٹکڑے ادھر سے ادھر چلتے پھرتے نظر آئیں گے۔ یہ رنگین مجسمے کیا ہیں، خدا ہی بہتر جانتا ہے۔ یہ فرشتے ہیں یا رنگینی نگاہ ہے۔ اس کے بعد جو منظر پیش ہونا شروع ہوگا وہ حال ہے، قال نہیں ہے۔ میں اسے بیان کرنے سے مجبور ہوں۔ صاحب مشق خود دیکھ لے گا کہ کیا ہو رہا ہے اب آپ کی نگاہ میں وہ طاقت ہے کہ جو دیکھے گا اس پر ہیبت طاری ہو جائے گی، آنکھیں سرخ ہو کر آگ کے شعلے کی طرح لگیں گی کوئی شخص آپ سے آنکھ نہیں ملا سکتا۔ آنکھ ملاتے ہی اس کا دل ہیبت سے کانپ جائے گا اور بعد ازاں نظر میں وہ طاقت ہوگی کہ اگر آپ پتھر پر نظر جمائیں گے تو وہ جگہ سے اچھل جائے گا اور جس چیز پر نظر جمائیں گے وہ حال سے بے حال ہو جائے گی۔ جو کچھ عالم میں ہے وہ زیر نظر ہوگا اور اب آپ کی نگاہ آسمان کے پار ہو جایا کرے گی۔ ایک بات اور یاد رکھئے کہ مشق شروع کرنے سے قبل دیکھ لیا کریں کہ آیا سر موافق کر کے مشق شروع کریں اگر سر خلاف چل رہا ہے تو کامیابی نہ ہوگی۔ سر تبدیل کرنے کا قاعدہ بیان کر چکا ہوں۔ یہ بات یاد رکھیں کہ سر چلنے کی میعاد دو گھنٹہ تک ہے۔ آفتاب نکلنے سے دو گھنٹہ تک کسی وقت میں پندرہ منٹ اس عمل کو کر لیا کریں۔ پندرہ منٹ سے زیادہ آپ کی رائے اور شوق پر منحصر ہے۔ کسی میدان یا اونچی جگہ پر اس عمل کو کیا کریں۔ تاکہ آسمان کا نچلا حصہ زیر نظر ہو۔ مشق سے قبل کچھ ناشتہ ضرور کر لیا کریں خالی پیٹ مشق نہ کیا کریں۔ لیکن پیٹ زیادہ بھی نہ بھرا ہو کہ سانس لینا دشوار ہو آسمان پر نظر جماتے وقت حبس دم کیا کریں یعنی سانس کو اس قدر روکا کریں کہ جس قدر قوت ہے۔ سانس بھی رکی رہے اور نظر بھی نہ جھپکے جب تک سانس اور نظر تھک نہ جائے۔ سانس لینے اور نظر جھپکانے کی ممانعت نہیں ہے لیکن بار بار سانس لینے اور نظر جھپکانے کی اجازت بھی نہیں ہے۔ یہ معمولی مشق ہے۔ لیکن اس کا نچوڑ ہے اگر آپ نے اس پر عمل کیا تو آپ دیکھیں گے کہ کس قدر غیبی قوت آپ کے اختیار میں ہے اب

مسئلہ یہ رہ گیا کہ کب تک اس مشق کو جاری رکھیں۔ یہ آپ کے ذوق پر منحصر ہے۔ جب تک آپ کا ذوق متمنی رہے آپ کرتے رہیں اور جب تک مشق کرتے رہیں گے۔ آپ کی قوت روز بروز بڑھتی جائے گی۔ آپ کی نظر میں قوت پیدا ہو چکی ہے لیکن کسی وجہ سے آپ آئندہ مشق جاری نہیں رکھ سکتے تو آپ ایسا کیا کریں کہ مہینہ میں صرف ایک دن مشرق پر نظر جما لیا کریں اور ایک مرتبہ مغرب پر یہ قوت جو پیدا ہو چکی ہے۔ ہمیشہ ہمیشہ قائم رہے گی۔ گو میں تصریح کر آیا ہوں۔ لیکن بنظر احتیاط پھر گذارش ہے کہ تاریخوں سے مراد چاند کی تاریخیں ہیں۔ انگریزی یا ہندی تاریخوں سے غرض نہیں۔ کسی دن ابر ہو یا کوئی اور واقعہ آسمان پر ہو تو آپ کی مشق کو مانع نہیں یہ بھی اجازت ہے کہ آج آپ نے کسی وقت مشق کی ہے۔ کل کسی وقت کی ہے اس میں کوئی حرج نہیں۔ ہاں دو گھنٹہ کے اندر رہے' دو گھنٹہ کے بعد پھر مشق کا وقت نکل چکا۔ لیکن اگر کسی مجبوری سے پہلا وقت نکل چکا ہے تو دوسرے وقت مشق کر لیں۔ جیسا کہ میں عرض کر چکا ہوں۔ سر ہر دو گھنٹہ میں تبدیل ہوتا ہے۔ دوسرے وقت اس سر کی ساعت میں عمل کریں۔

اب میں ان عملیات کو بیان کرتا ہوں جو سائنس ہیں اور جن کا اثر یقینی ہے۔ برائے تسخیر و حب پہلے یہ معلوم کرو کہ (دنیا میں دو قسم کے کام ہیں پہلا اپنی ذات کو نفع پہنچانا اور کسی دلی مقصد کو حاصل کرنا دوسرے کسی کو نقصان پہنچانا جس کو اصطلاح میں حب و بغض کہتے ہیں۔ پہلے مقصد کے لئے قمری سر میں عمل کرو اور دوم کے لئے شمسی سر میں' قمری سر کی نشست پالتی مار کر بیٹھنا ہے اور شمسی سر کی نشست دو زانو ہو کر بیٹھنا ہے جس طرح نماز کے قعدہ میں بیٹھتے ہیں۔ آپ نشست کو بے اثر نہ جانیں۔ اس میں خاص اثر ہے۔ قمری سر کا رخ مغرب ہے اور شمسی سر کا رخ مشرق ہے۔ جب قمری عمل کریں تو مغرب کی طرف منہ کریں۔ اور شمسی عمل میں مشرق کی طرف رخ رہے شمسی عمل اس وقت کریں جب شمسی سر چل رہا ہو۔ اور قمری اس وقت کریں جب قمری سر چل رہا ہو۔ اگرچہ میں چند شناختیں بیان کر چکا ہوں کہ جس سے سیارگان کی ساعت معلوم کر سکے مگر آپ ان جھگڑوں میں نہ پڑیں۔ جو حساب سیارگان کا میں بتا چکا ہوں (منٹوں کے حساب سے آپ اس پر عمل کریں اور میں درمیان میں بھی بتاتا جاؤں گا۔)

قاعدہ:

عمل حب جب سانس الٹے نتھنے سے سیدھے نتھنے کی طرف آنے کو ہو تو یہ زہرہ کا وقت ہے۔ آپ عمل حب اس وقت شروع کریں اور سیدھا سادھا وقت یہ ہے کہ جب غروب آفتاب میں تیس منٹ باقی رہیں یہ وقت خاص مشتری کا ہے۔ اس وقت عمل شروع کریں عمل یہ ہے کہ پالتھی مار کر اطمینان سے بیٹھیں مطلوب کا نام ایک کاغذ پر لکھ کر اپنے سامنے رکھیں اور نظر اس پر جمائیں۔ اگر محبوب کی تصویر آپ کے پاس ہے تو وہ سامنے رکھیں۔ تصویر پر عمل کا اثر بہت تیز ہوتا ہے۔ اگر تصویر نہیں تو پھر نام کافی ہے۔ اگر موقع ایسا ہے کہ نام بھی معلوم نہیں تو تصور مطلوب کا کریں اور اس کی صورت کا نقش تصور سے سامنے رکھیں۔ اب بعض مواقع ایسے بھی ہوتے ہیں۔ کہ مطلوب کو دیکھا بھی نہیں ہے تو صرف تصور کریں۔

اطمینان سے پالتی مار کر بیٹھ گئے اور نام یا تصویر یا تصور مطلوب کا سامنے ہے۔ اب ایک لمبی سانس اندر کو کھینچیں اور تصور کریں کہ مطلوب میری سانس کے ساتھ کھنچ آیا اور میرے قلب میں چلا گیا اب سانس کو روکیں۔ جس قدر قوت ہو اب آہستہ آہستہ سانس کو باہر نکالیں۔ دو ایک سانسیں چھوٹی چھوٹی لے کر پھر ایک لمبی سانس اندر کو کشید کریں۔ اور تصور وہی رہے کہ مطلوب میری سانس کے ساتھ کھنچ رہا ہے۔ اسی طرح مشق ترک کر دیں۔ بس عمل کامل ہو گیا گو اس میں کسی کلمہ کلام پڑھنے کی ضرورت نہیں۔ تاہم اگر امداد کے لئے یہ عمل بھی نفس اندر کو کشید کرتے ہوئے پڑھ لیا کریں تو نفع سے خالی نہیں مگر یہ آپ کی رائے پر منحصر ہے اور ہر مرتبہ بھی ضرورت نہیں کسی مرتبہ پڑھ لیا۔ کسی مرتبہ ترک کر دیا۔ عمل یہ ہے۔ یایتھا النفس المطمئنته ارجعی الیٰ ربک راضیة مرضیة فادخلی (پارہ عم ۳۰' سورۃ والفجر) نفس کو اندر کشید کرتے ہوئے اس عمل کو پڑھیں کوئی تعداد اس کی معین نہیں۔ منہ مشرق کی طرف ہو۔ چند روز میں مطلوب آتش محبت سے بھڑک اٹھے گا۔

قاعدہ:

حب کے لئے دوسرا طریق یہ ہے کہ حسب دستور پالتی مار کر بیٹھیں اپنے دونوں ہاتھ آگے کی طرف پھیلا دیں جس طرح کسی کو آغوش میں لینے کے لئے پھیلاتے ہیں۔ ایک گہری سانس

بہت گہری جس قدر ممکن ہو اندر کی طرف کشید کریں۔ اپنے دل کو تصور میں لائیں اور یہ نقشہ پیدا کریں کہ میرا دل بجائے ایک کے دو ہیں۔ جب تک سانس روکنے پر قادر ہوں یہ تصور پیدا کریں۔ جب دم گھٹنے لگے سانس باہر نکال دیں پھر دوبارہ اندر کو کشید کریں۔ اندر کی طرف کھینچتے ہوئے یہ تصور کریں ابتداء میں شاید تمام تصور کا نقشہ نہ جم سکے لیکن دو چار دن کی مشق میں مکمل نقش تصور کے ساتھ جم جایا کرے گا اور چند روز کی مشق میں مطلوب بیقرار ہو جایا کرے گا۔ یہ دوسرا دل جو آپ تصور سے اپنے دل میں پیدا کریں گے۔ حقیقتاً محبوب کا دل ہوگا۔ یہ قاعدہ بہت مجرب ہے۔ میرے خاندان کے بزرگ اس سے اکثر کام لیتے رہے ہیں اور میں بھی اس سے بسا اوقات کام کرلیا کرتا ہوں۔

<u>نوٹ</u>: جو ایام ستاروں کے علم نجوم سے معین کئے گئے ہیں وہ ہی ایام نفوس ہیں۔ کیونکہ جب نفوس کو سیارگان سے منسوب کر دیا تو ستاروں کے جو مناسبات نجوم میں معین ہیں وہ بدستور پیدا ہو گئے۔

<u>نوٹ</u>: عدد تین قسم کے ہیں۔ اول وہ کہ جن کا نصف کامل ہو اور آخر تک کامل رہے جیسے ۱۶، ۸، ۴، ۲ اس قسم کے اعداد قمری ہیں۔ دوم وہ عدد ہیں کہ ابتدا میں دو پر تقسیم ہو سکتے ہیں۔ لیکن جب اس کے حصہ کر دیئے ہیں تو قابل تقسیم نہیں رہتے۔ مثلاً ۱۲، ۶، ۱۸ اس قسم کے اعداد سورج سے متعلق ہوتے ہیں۔ تیسری قسم وہ ہے کہ جو ابتداء ہی سے قابل تقسیم نہیں ہوتے جیسے ۱۱، ۱۳، ۱۷ وغیرہ اس قسم کے اعداد نفس متساویہ سے منسوب ہیں۔ میں ایک خاص نکتہ تسخیر کا بیان کرتا ہوں۔ یہ ایسے راز ہیں جو شاید کسی کامل سے سالہا سال کی خدمت میں مل سکتے یا آپ رقم کثیر خرچ کرتے یہ بات ظاہر ہے کہ جب کوئی بات کتاب میں عام طریق پر آ جاتی ہے تو لوگوں کی نگاہوں میں وقعت کم ہو جاتی ہے۔ عام طریق پر یہ ہی مشہور ہے کہ کتابوں میں گپ شپ ہوتی ہے۔ اصل بات کو لوگ سینوں میں پوشیدہ رکھتے ہیں۔ یہ بالکل صحیح ہے لیکن کتاب میں آ جانے سے آپ اس عمل کو بے قدر نہ جانیں۔ میں کتاب میں محض اس لئے درج کر رہا ہوں کہ اب میرا وقت آخیر ہے۔ میں قبر میں پاؤں لٹکائے بیٹھا ہوں مثل مشہور ہے۔

"نہ مرے تو بوڑھا ہو کر مرے" جوانوں کو زندگی کی امید ہے (چاہے وہ برسوں زندہ

رہے) میں اپنی بداعمالی اور سیہ کاری پر نادم ہوں۔ میرے پاس کوئی عبادت نہیں جس سے مجھے بخشش کی امید ہو۔ میں نے جو کچھ حاصل کیا یا جو کچھ میرے بزرگوں کا سرمایہ ہے یا جو کچھ میرے تجربات ہیں۔ یا جو کچھ عالم غیب سے القا ہوا ہے وہ سب میں نے اپنی کتابوں میں بغیر کسی نکتہ کے چھپائے بیان کر دیا ہے۔ محض اس امید پر کہ شاید اللہ تعالیٰ میرے عملیات سے کسی مجبور اور بیکس کو کامیاب فرما دے اور وہ میرے حق میں دعا کرے اور اللہ تعالیٰ اس کے صدقے میں میری نجات فرما دے۔ چونکہ میں خالصتہ اللہ تعالیٰ یہ عمل تحریر کر رہا ہوں۔ کوئی معاوضہ یا صلہ میں نے نہیں لیا ہے اس لئے مجھے کسی نکتہ کے چھپانے کی بھی ضرورت نہیں شاید آپ کا خیال ہو کہ کتاب قیمت سے فروخت کی ہے پھر خالصتہ اللہ تعالیٰ کہاں ہے۔ میں عرض کروں گا کہ میں نے کتاب کی قیمت وہ ہی لی ہے جو تقریباً اس پر لاگت آئی ہے۔ میں نے کاغذ' لکھائی' چھپائی کی قیمت لی ہے۔ عملیات کا کوئی معاوضہ نہیں لیا۔ اگر میں عملیات کا معاوضہ لیتا تو یہ ہی نکتہ تسخیر کا جو میں اب بیان کر رہا ہوں۔ ہزار روپے میں بھی ارزاں ہے۔ یہ عمل نہیں ہے بلکہ عملیات کے خزانہ کا درخشندہ گوہر ہے۔ آپ اس کی قدر کریں۔ اگر آپ برسوں میری خدمت کرتے سیکڑوں روپیہ خرچ کرتے اور میں خاص انداز سے اس عمل کو آپ کے کان میں کہتا۔ (ہزاروں احسان رکھ کر) اس وقت آپ کا اعتقاد کامل ہوتا۔ اب جو میں بے مانگے بے کسی کے طلب کئے ہوئے۔ اپنی خوشی سے کتاب میں درج کر رہا ہوں تو بعض نگاہوں میں اس کی وقعت نہیں رہی۔ لیکن مجھے اپنے کام سے کام ہے پہنچا دینا میرا کام ہے عمل کرنا یا نہ کرنا آپ کا کام ہے اور عمل میں تاثیر کامل عطا فرمانا خدائے ذوالجلال کا کام ہے۔

اب اس عمل کی تشریح اور توضیح غور سے معلوم کرو۔ مطلوب اور اپنے نام کے اعداد ابجد قمری سے اس وقت استخراج کرو جب قمری سر چل رہا ہو۔ اور ان اعداد کو بطریق استنطاق جمع کرو۔ مگر عشرات تک عشرات کو جمع کر کے احاد کی صورت میں نہ لاؤ۔ اب دیکھو کہ اعداد مستخرجہ و مستنطقہ قمری برآمد ہوئے اگر قمری برآمد ہوئے تو یہ تسخیر کے لئے ایک تیر دو پیکاں ہے۔ جو پہلے وار میں ہی جگر کے پار ہوتا ہے۔ اعداد کو مستنطق محض نسبت ستارہ کے لئے کرو اگر استنطاق عشر تک قمری اعداد برآمد ہوں کہ آپ سمجھ لیں کہ اسم اعظم ہاتھ آ گیا اور یہ فال ہے کہ مطلوب بہت جلد

مسخر ہو جائے گا اب اصل اعداد (استنطاق سے قبل دونوں ناموں کے جو اصلی اعداد تھے۔) کہ ہم عدد قرآن پاک میں سورہ یوسف کی کوئی عبارت لیں کوشش کریں کہ ایسا جملہ ہاتھ آجائے جو کامل اور مساوی عدد ہوں اگر کامل جملہ ہاتھ نہیں آتا تو جس حرف تک آپ کے اعداد کامل ہوتے ہوں اس حرف تک لے لیں اور سورہ یوسف کی اس عبارت کو بقاعدہ اولیٰ پڑھیں۔ یعنی پالتی مار کر قبلہ کی طرف منہ کر کے بیٹھیں اور لمبی سانس اندر کو کشید کریں اور ان حرفوں کو پڑھتے جائیں۔ کوئی تعداد ان کی متعین نہیں، سانس کی قید کریں اور ان حروف کو پڑھتے جائیں۔ جب سانس تھک جائے تو باہر نکال دیں اور عمل موقوف کریں پھر سانس کو اندر کی طرف کشید کریں اور پڑھیں۔ اسی طرح بتیس مرتبہ کریں۔ یعنی جب سانس اندر کو کشید کریں تو یہ عمل پڑھیں جب تک سانس روکنے پر قادر ہوں اور جب سانس باہر کو نکالیں تو عمل موقوف کریں۔ اسی طرح بتیس مرتبہ کریں خدا چاہے تو چار اور زیادہ سے زیادہ آٹھ دن میں مطلوب بیقرار اور بیتاب ہو جائے گا اور خاص جذبات محبت اس کے دل میں پیدا ہو جائیں گے۔ لیکن اعداد مستنطقہ قمری نہیں بلکہ شمسی برآمد ہوئے وہ بھی اعداد عشرات تک استنطاق کرنے میں تو یہ اس بات کی علامت ہے کہ مطلوب کا ملنا دشوار ہے۔ آسان نہیں ایسے مواقعات اور مشکلات پیش ہیں اور آئیں گے جس سے باہمی ملاقات میں بہت دشواریاں پیدا ہو جائیں گی۔ تاہم ناممکن نہیں ان اعداد مستخرجہ کے (وہ اعداد جو استنطاق سے قبل اصل نام کے تھے۔) مطابق سورہ یوسف میں سے آیت یا عبارت پیدا کر کے شمسی امر میں حسب قواعد بالا پڑھیں لیکن اس کی خواندگی اکیس یوم ہے یعنی اکیس یوم میں اثر ہوتا ہے مگر پڑھیں اسی وقت جب سانس اندر کو کشید کریں اور منہ مشرق کی طرف ہو۔ اور جب سانس باہر نکلے تو پڑھنا بند کریں۔ اب رہ گیا عدد متساویہ یعنی دونوں ناموں کے اعداد قمری سے استخراج کیے اور استنطاق تا عشرات اعداد متساویہ کی صورت میں پیدا ہوئے تو اس حالت میں بھی ہم قمری اعداد کی طرح عمل کریں گے اعداد قمری اور اعداد متساویہ میں عمل کا کوئی فرق نہیں۔ بس تعداد ایام کا ہی فرق ہے یعنی قمری اعداد کا اثر آٹھ یوم میں شمسی کا اثر اکیس یوم میں اور متساویہ کا اثر غایت ۱۶ یوم تک ظاہر ہوتا ہے۔ ہم عدد سورہ یوسف سے حروف لینا آپ خوب غور سے سمجھ لیں۔ دونوں ناموں کی جو تعداد ہو۔ سورہ یوسف میں سے کسی جگہ سے اس قدر حروف لیں جو ان اعداد کی برابر ہو جائیں۔ اگر یہ

حروف ایسے نکل آئیں کہ جملہ بامعنے نکلا اور آپ سے جہاں تک ہو کوشش کر کے اس جگہ ہی سے حروف لیں۔ جہاں سے کوئی بامعنے جملہ پیدا ہو جائے اور اگر بامعنے پیدا نہ ہوں تو اس کا خیال کریں بلکہ ہم عدد ہونے کا خیال کریں۔ اگر ہم عدد اور بامعنی ہے تو نور علیٰ نور ہے ورنہ ہم عدد لیں معنی کا خیال نہ کریں۔

قاعدہ:

اکثر نزلہ اور زکام کی حالت میں ٹھنڈا پانی نقصان دیتا ہے۔ اور اکثر اصحاب اس سے پرہیز کرتے ہیں اور اطباء کے نزدیک بھی سرد پانی نزلہ اور زکام میں نقصان دہ ہے۔ ایسی حالت میں آپ پانی پیتے وقت دونوں نتھنوں کو ہاتھ سے مضبوط بند کر لیں۔ اور سرد پانی پئیں۔ جس قدر ضرورت ہو اور بعد پانی پینے کے بھی ایک منٹ تک نتھنے بند رکھیں ایک منٹ کے بعد اوپر کو سر کر کے نتھنے کھول دیں اس عمل سے سرد پانی کوئی نقصان نہیں کرے گا بلکہ فائدہ دے گا۔

قاعدہ:

حبس دم فقراء اور اہل تصوف کا خاص مشن ہے اور اس میں عجیب و غریب کیفیات اور حسیات پنہاں ہیں۔ یہ محسوسات اور امثال ہیں تقریر و تحریر کی بندش سے یکسر آزاد ہیں۔ حبس دم میں طول زندگی کا فلسفہ پوشیدہ ہے۔ رفع امراض اور دفع آلام و اسقام کا خاص اثر حبس دم میں پوشیدہ ہے۔ جو اصحاب حبس دم کی مشق کرتے ہیں۔ ان میں یہ اوصاف پیدا ہوتے ہیں۔ قلب کی صفائی، قلب میں تجلی یزدانی، طول عمر، ولایت، تصور سے اپنی طرف دوسروں کو متوجہ کرنا، تسخیر عام، رفع امراض جسمانی و روحانی، غرض کہ انسان کو انسان کامل حبس دم ہی بناتا ہے۔ حبس دم کے قواعد چونکہ ماتحت تصوف آچکے ہیں اس لئے ہر خاندان کا طریق جداگانہ ہے لیکن ایسا طریق جو تمام اقسام پر حاوی ہو۔ میں بیان کرتا ہوں اور بعد میں پڑھنے کا بھی قاعدہ بیان کر دوں گا حبس دم کا اصلی قاعدہ یہ ہے کہ آپ پالتی مار کر نہایت سکون اور اطمینان سے بیٹھیں، کوئی فکر اور تشویش دل میں نہ ہو۔ پیٹ نہ بالکل خالی ہو نہ حد سے زیادہ پر ہو۔ اپنے سر کو بالکل سیدھا کریں ایسا کہ ریڑھ کی ہڈی اور سر کی ایک مساوی سطح میں ہو۔ اب ایک لمبی سانس اندر کو کشید کریں اور یہ اندازہ کریں کہ جس قدر لمبی سانس اندر کھینچی ہے اس سے کم سے کم دو حصہ زیادہ اندر بند رکھیں۔ جب سانس پر

باہر پڑنے لگے تو باہر آہستگی سے نکال دیں۔ اسی طرح مشق برابر کرتے رہیں۔ جب سانس اندر کھینچنے اور بند کرنے میں ایک اور پانچ تناسب ہو جائے گا تو وہ سب کیفیات اور مدارن ظاہر ہونے لگیں گے جن کا ذکر کشید کرنے میں جس قدر وقفہ ہوا ہے اس سے پانچ گنا بند کرنے کی مشق ہو جائے اور دوران مشق میں کوشش کرتے رہیں کہ جس قدر سانس اندر کشید کرنے میں طوالت ہو گی اس قدر زیادہ نفع ہوگا۔ سانس اندر کشید کرنے میں جس قدر طوالت ہوتی جائے اسی مناسبت سے بند کرنے میں تاخیر ہوتی جائے گی۔ اس کے ساتھ ہی دیر تک بند کر سکیں گے۔ آپ اس مشق میں ایسا پائیں گے کہ برقی قوت یا آب حیات کی ایک لہر باہر سے اندر کو کھینچ رہی ہے اور ایک مقناطیسی قوت آپ میں پیدا ہو رہی ہے۔ اس عمل میں پختگی میں کسی اور عمل کی یعنی پڑھنے پڑھانے کی ضرورت نہیں ہوتی۔ بلکہ آپ کی زبان سے نکلا ہوا ہر جملہ ہر حرف ایک عمل ہے۔ پھیپھڑوں کی ہوا صاف ہو جائے گی اور کوئی جسمانی مرض پیدا نہ ہوگا۔ اگر دنیا کے لوگ اس درس پر عمل کریں تو تپ دق جیسے مہلک مرض سے صحت ہو سکتی ہے۔ حبس دم کی مشق کرنے والے اصحاب تمام آلام واسقام سے نجات حاصل کرتے ہیں۔ تبدیلی آب وہوا اور تغیرات موسم کو کوئی اثر ان پر نہیں ہوتا اور یکسوئی قلب اور سکون واطمینان اس قدر پیدا ہو جاتا ہے کہ کوئی بیرونی طاقت اس کے تصور کو نہیں توڑ سکتی نیز یہ ایک قسم کی خاص ورزش ہے۔ جو جسم کو خوبصورت اور سڈول بنا دیتی ہے۔ لیکن ان اسباق میں یہ لحاظ رہے کہ زیادہ دیر تک مشق نہ کیا کریں ورنہ اول تو سوء ہضم کی شکایت پیدا ہوگی یعنی جب آپ زیادہ دیر تک بیٹھے ہوئے مشق کرتے رہیں گے تو لامحالہ ہضم میں فتور ہوگا اس لئے غذا ہلکی اور زود ہضم کھایا کریں۔ اور زیادہ مقدار میں نہ کھایا کریں حضرت شیخ سعدی علیہ الرحمتہ نے اس فلسفہ کو اس قطعہ میں بیان فرمایا ہے:

اندرون از طعام خالی دار
تادر و نور معرفت بینی
تہی از حکمتی بہ علت آں
کہ پری از طعام تا بینی

یہاں تک چند قواعد میں نے تسخیر عام وخاص کے بیان کر دیئے اور یہ وہ عمل ہیں جن کا اثر

ہونا یقینی ہے۔ اب میں دو خاص قاعدہ بربادی دشمن اور ہلاکی اعداء اور فتح یابی بر مخالفین کے بیان کرتا ہوں۔ اور یہ بیان کر چکا ہوں کہ یہ قواعد سائنٹفک ہیں اور مسمرائزڈ ہیں۔ جن کا اثر خالی نہیں جاتا۔ ان میں خاص تاثیر یہ ہے کہ ایسے عمل بالکلیہ باطل نہیں ہوتے۔ اگر اثر تمام وکمال نہ ہو گا۔ (کسی خاص وجہ سے) تب بھی آپ اس قدر ضرور اثر دیکھیں گے جس سے معلوم ہو جائے گا کہ عمل بے اثر نہیں۔ یعنی اثر کم وبیش ہو سکتا ہے بالکلیہ زائل نہیں ہو سکتا۔ بغض وعداوت اور ہلاکی اعداد کے لئے اکڑوں بیٹھو (جیسا کہ عمل حب میں پالتی مار کر بیٹھنا بتایا گیا ہے۔) نیز عمل حب اس وقت کرو جب سانس اندر کشید کرو اور عمل بغض اس وقت کرو جب سانس باہر نکلے اپنے دشمن کا نام لکھ کر (خوب موٹے حرفوں میں) اپنی نگاہ کے سامنے رکھو اس پر نظر جمی رہے۔ لیکن صورت غضبناک اور خشم آلود ہو۔ چہرہ پر آثار جلال وخوف پیدا کرو۔ تیز نظروں سے نام کو دیکھو۔ اگر ایسے موقع پر دشمن کی تصویر سامنے ہو تو بہت جلد اثر ہوتا ہے۔ ایک لمبی سانس اندر کو کشید کرو اور تیزی کے ساتھ باہر کو نکالو۔ سانس نکالتے ہوئے یہ عمل پڑھو۔

سَیَصْلٰی نَارًا ذَاتَ لَهَبٍ جس وقت لھب منہ سے نکلے تو ہوا کا اثر نام یا تصویر پر پہنچے یعنی پہلے سے وہ کاغذ جس پر نام لکھا ہے یا تصویر اس قدر قریب رکھو کہ تمہاری سانس کی ہوا اس پر پڑ کر اسے متحرک کر دے۔ لھب پر اپنی سانس توڑ دو۔ (گو اس میں سکت باقی ہو) پھر دوبارہ سانس اندر کو لے کر باہر نکالتے ہوئے عمل پڑھو اور لھب کو زور سے نکال کر اس کی ہوا کاغذ پر ڈالو۔ اس طرح اکیس مرتبہ روزانہ اکیس یوم تک کیا کرو۔ اس عرصہ میں تم دشمن کو اپنی حسب مراد پریشان حال دیکھو گے۔ اکیس روز انتہائی ہیں یعنی مکمل کورس ہے مگر کبھی اکیس دن پورے نہیں ہوتے جب تم کو معلوم ہو کہ تمہارا معمول (دشمن) بیمار ہو گیا یا کسی مصیبت میں گرفتار ہو گیا تو اس عمل کو اسی دن ختم کر دو اگر تم اس امید میں برابر عمل کرتے رہو گے کہ آئندہ اور زیادہ بر انتیجہ ہوا ہو گا تو اس سے عمل میں فرق آ جائے گا اور اس کا اثر تم پر لوٹ جائے گا۔ اس عمل کی بس دو معیادیں ہیں۔ اکیس دن یا جب خبر ملے کہ دشمن کسی پریشانی میں مبتلا ہو گیا ہے۔ یہ عمل بہت ہی سریع الاثر ہے۔

قاعدہ دوم بغض کے واسطے یہ ہے کہ جو اصحاب عمل کے پڑھنے سے کسی وجہ سے ممتنع ہوں

وہ صرف اس کاغذ پر جس پر نام دشمن کا لکھا ہے یا تصویر پر نظر کرتے ہوئے (خشمگین اور غضبناک نظر) جب سانس باہر کو نکالیں تو یہ تصور کریں کہ دشمن تباہ اور برباد ہو رہا ہے باقی سب قاعدہ وہی ہے جو قاعدہ اولیٰ میں بیان کر دیا۔

قاعدہ:

بعض اصحاب میں قوت شامہ (سونگھنے کی قوت) مفقود ہو جاتی ہے۔ وہ خوشبو اور بدبو سب سے بے نیاز ہو جاتے ہیں۔ ایسے اصحاب کی وہ شریان (رگ) خشک ہو جاتی ہے جس کا قوت شامہ سے تعلق ہے۔ ایسے اصحاب کا بہترین اور اکسیری علاج یہ ہے کہ سر پر روغن کدو کی مالش کریں اور صبح طلوع آفتاب سے کچھ قبل کھلی ہوئی ہوا میں یا بالا خانہ پر چڑھ کر اپنی سانس کو زور سے اندر کشید کریں اور اسی زور سے باہر نکالیں اور اس عمل کو جلد جلد کریں یعنی ہوا زور سے اندر کشید کریں اور باہر کو نکالیں تقریباً پندرہ منٹ اس عمل کو روزانہ کریں ایک ہفتہ میں قوت شامہ عود کر آئے گی۔ اور خوشبو و بدبو میں تمیز ہونے لگے گی۔

<u>نوٹ</u>: یہ کلیہ کسی دلیل کا محتاج نہیں کہ انسان عقل ہی سے ممیز ہے جس میں جس قدر عقل ہے اسی قدر مدارج انسانیہ طے کرتا جائے گا اور دنیوی وجاہت بھی حاصل کرے گا۔ بے عقل انسان اور لایعقل حیوان میں کوئی فرق نہیں۔ انسان میں جوہر انسانیت عقل ہی ہے۔ جس میں عقل نہیں وہ نہ صرف مرتبہ انسانیت سے محروم ہے بلکہ وہ دنیا میں کوئی معزز اور محترم جگہ حاصل نہیں کر سکتا۔ ایسا انسان کیڑوں کی طرح گمنام پیدا ہوتا اور گمنام ہی فنا ہو جاتا ہے۔ اس کی ہستی نہ اپنے لئے مفید ہے نہ دوسروں کے لئے مستفیض اس میں شک نہیں کہ عقل عطیہ الٰہی ہے۔ یہ کسبی نہیں وہبی ہے۔ مگر قدرت بخیل ہے نہ ظالم قدرت ہر انسان کو فطرت پر پیدا کرتی ہے۔

حدیث پاک میں ہے:

کل مولود یولد علیٰ فطرۃ

مگر کوئی شخص آئینہ فطرت کو سعی و کوشش مجاہدہ اور ریاضت سے منجلی اور مصفا کرتا رہتا ہے اور کوئی تر[illegible]مل اور تساہل سے اور مکدر بناتا رہتا ہے۔ آئینہ عقل کو صاف اور منجلی کرنے کے لئے حبس دم سے بڑھ کر کوئی دوسرا طریق بہتر نہیں ہے۔ حبس دم قدرت کا ایسا کارخانہ یا پتلی گھر ہے۔ جس

میں ہر قسم کی مشینیں لگی ہیں۔ تندرستی، توانائی، دولت، عظمت، تسخیر عام، شفائے امراض، خوبی عاقبت، ولایت، کرامت غرض کہ سب کچھ حبس دم میں ہے۔ مگر ان بھیدوں کو وہی شخص پا سکتا ہے جو اس پر عامل ہوتا ہے۔ (آپ تجربہ کریں کہ جب آپ پانچ منٹ تک حبس دم کر سکیں گے تو دیکھ لیں گے کہ آپ کے سینہ میں جو قدرت کا پتلی گھر ہے اس کی تمام مشینری حرکت کر رہی ہے اور سب اپنے اپنے مفوضہ کام کو بخیر و خوبی کر رہے ہیں۔

قاعدہ:

آپ اس کتاب میں پڑھ آئے ہیں کہ داہنا سر شمسی ہے اور بایاں قمری شمسی سر میں آکسیجن ہوتا ہے۔ اور آکسیجن آگ کا جز ہے یہ حرارت اور گرمی پیدا کرتا ہے۔ جب کوئی عمل ایسا ہو جس میں شمسی سر چلانا پڑتا ہو تو ایسے عمل میں بعد مشق تھوڑی دیر کے لئے قمری سر بھی چلا لینا چاہئے اور بیرونی طریق پر دودھ گھی کا استعمال بھی کرنا چاہئے یا کسی سرد اشیا کا استعمال ضروری ہے۔ تاکہ پیدا شدہ حرارت کا بدل ہو جائے۔ اگر کوئی آدمی شمسی سر عرصہ تک چلاتا رہے گا اور اس کا بدرقہ نہ کرے گا تو نقصان پیدا ہوگا۔ اور گرمی سے جو عوارضات پیدا ہو سکتے ہیں۔ وہ پیدا ہو جائیں گے۔ (اگر آپ کو اس کا تجربہ کرنا ہو تو اس طرح کر سکتے ہیں کہ جب بدن کو ٹھٹھرا دینے والی خونی سردی پڑ رہی ہو اور دانت سے دانت بج رہا ہو تو آپ قمری سر کو بند کر دیں اور شمسی سر چلا دیں۔) تھوڑی دیر میں آپ کو گرمی محسوس ہوگی اور رفتہ رفتہ جسم میں اس قدر حرارت پیدا ہوگی کہ آپ کو احساس ہوگا کہ شاید گرمی کا موسم آ گیا اور اسی طرح جب گرمی کے موسم میں آسمان سے آگ برس رہی ہو۔ پسینے آ رہے ہوں پیاس کی شدت ہو تو آپ شمسی سر کو بند کر کے قمری سر چلائیں۔ تھوڑی دیر میں حرارت مفقود ہوگی اور جسم میں ٹھنڈک پڑ جائے گی اور پیاس کی شدت جاتی رہے گی۔ یہ ایسے نمایاں مسائل ہیں جن کا ہر وقت تجربہ کیا جا سکتا ہے۔ جب کسی وجہ سے بخار تیز ہو حتیٰ کہ سرسامی حالت پیدا ہو چکی ہو تو شمسی سر کو بند کر کے قمری سر چلا دو۔ تھوڑی دیر میں ہی بخار کی حالت مفقود ہو گی اور مریض کو سکون معلوم ہوگا۔ یا بعض بیماریوں میں جیسے کالرا (ہیضہ) میں جسم سرد پڑ جاتا ہے۔ حکیم اور ڈاکٹر بخار اور گرمی پیدا کرنے کی تدبیریں کرتے ہیں۔ ایسی حالت میں [illegible] شمسی سر چلا دیا جائے تو بے کسی بیرونی دوا کے تھوڑی دیر میں جسم میں حرارت پیدا ہو جاتی ہے اور مریض کی

جان بچ جاتی ہے۔ خلاصہ اس کا یہ ہے کہ جب گرمی کی ضرورت ہو تو شمسی سر چلا دیں۔ اور سردی کی ضرورت ہو تو قمری سر چلا دیں۔

قاعدہ:

بعض اصحاب کو قبض دائمی کی شکایت رہتی ہے۔ بعض اصحاب کی آئے دن ناف ٹلتی رہتی ہے۔ بعض اصحاب کی پیٹ کی رگوں میں درد رہتا ہے۔ علی الخصوص عورتوں کو اس قسم کی بیماریاں اکثر ستاتی رہتی ہیں۔ بعض اصحاب کے کمر اور گردن میں درد رہتا ہے جس سے وہ بے چین رہتے ہیں۔ غرض کہ پیٹ کی جملہ شکایتوں اور جسم کے تمام حصہ کے دردوں کے لئے یہ قاعدہ منضبط ہے۔ اگر آپ اس پر عمل کریں گے تو تیسرے دن ابتدائی اور معمولی بیماریوں سے شفا ہوگی۔ اگر کہنہ امراض ہوں تو ایک ہفتہ میں شرطیہ (انشاء اللہ) صحت ہوگی۔ قبض دائمی کے لئے یہاں ایک نکتہ طبی بیان کرتا ہوں پھر علم النفس کے ماتحت قاعدہ تحریر کروں گا۔ جن لوگوں کو قبض دائمی کی شکایت ہو ایسے اصحاب صبح خواب سے بیدار ہو کر پاخانہ کو ضرور جایا کریں۔ اس سے غرض نہیں کہ اجابت ہو یا نہ ہو مگر صبح کو اجابت بہ فراغت ہونے لگے گی یہ تو طبی نکتہ ہے اور مجرب ہے۔ جو عمل کرے گا اس سے فائدہ ہوگا۔ اب ماتحت علم النفس میں قاعدہ بیان کرتا ہوں۔ اس عمل سے تمام امراض دور ہوں گے۔

اس عمل کا کوئی خاص وقت تو معین نہیں دن رات میں جس وقت موقع ملے یہ مشق کر لیا کریں۔ تاہم صبح کا وقت زیادہ مناسب وقت ہے۔ پابندی صرف اس قدر ہے کہ پیٹ بھرا ہوا نہ ہو۔ (قمری یعنی بائیں نتھنے کو روئی سے بند کریں بشرطیکہ وہ نتھنا چل رہا ہو۔ اگر شمسی سر ہی چل رہا ہو تو بہت مفید ہے اپنے دونوں ہاتھوں کو برابر سطح میں خوب پھیلائیں اس قدر کہ ہاتھوں میں جھول نہ رہے۔) بالکلیہ تن جائیں دونوں پاؤں کو ملا لیں اور مضبوط کریں کہ قدم اپنی جگہ قائم رہیں ملنے نہ پائیں۔ اب اس طرح ہاتھ تنے ہوئی سیدھی طرف کو مڑیں۔ اس قدر جس قدر مڑنا ممکن ہو۔ حتیٰ کہ کمر اور رانوں کے پٹھے کھینچنے لگیں اور ایک قسم کی رگوں اور پٹھوں میں تکلیف سی محسوس ہونے لگے۔ ہاتھ برابر تنے رہیں نہ ہاتھوں میں جھول آئے نہ پاؤں اپنی جگہ سے جنبش کریں۔ جب تمام جسم مڑ جائے تو اب آہستگی سے بائیں طرف کو مڑیں جس قدر ممکن ہو پھر داہنی طرف پھر

بائیں طرف اور سانس زور زور سے داہنے نتھنے سے خارج کرتے جائیں اور اندر کو کشید کرتے جائیں۔ اس طرح داہنے سے بائیں طرف اور بائیں طرف سے داہنی طرف جسم کو پھیراتے رہیں کم از کم سات مرتبہ اس طرح جسم کو گردش دیں۔ اگر زیادہ مرتبہ دے سکیں تو اور بھی اچھا ہے۔ اب ہاتھ چھوڑ دو مشق ختم ہو چکی تین دن اسی طرح مشق کرو جسم کے جوڑ جوڑ کا درد موقوف ہوگا پیٹ کی رگوں میں جس قدر خرابی ہوگی دور ہوگی۔ معدہ کی خرابیاں جاتی رہیں گی آپ اس مشق سے اپنی زندگی میں خوشگوار تبدیلی دیکھیں گے۔ آب حیات کی لہریں جسم میں دوڑتی معلوم ہوں گی۔ اس مشق سے جو فوائد فوراً حاصل ہوں گے وہ آپ خود مشق کرنے پر معلوم کر سکیں گے۔ میں الفاظ میں ان فوائد کو بیان کرنے سے قاصر ہوں۔

قاعدہ:

جس شخص کے خون میں خرابی ہے یا تپ کہنہ ہے تو سینہ ابھار کر سیدھے اس طرف منہ کر کے کھڑے ہو جاؤ جس طرف کی ہوا ہو اپنے ہونٹوں کو گول بنا لو جس طرح سیٹی بجاتے ہیں اور زور سے ہوا اندر کو کشید کریں اور زور سے باہر کو نکال دیں ایسے زور سے کہ منہ سے سیٹی کی آواز نکلے۔ دس منٹ اس طرح دن میں کم از کم پانچ مرتبہ یہ مشق کرو۔ آپ کو خود احساس ہوگا کہ خون صاف ہو رہا ہے۔ اور تپ محرقہ کم ہو رہی ہے اس عمل سے بھوک بھی کھل جاتی ہے اور قدرتاً غذا کی مقدار بڑھ جاتی ہے۔

قاعدہ:

یہ ایک مانی ہوئی بات ہے کہ قلب اور پھیپھڑوں میں یگانگیت اور باہمی اتحاد ہے۔ قلب پھیپھڑوں سے اور پھیپھڑے قلب سے متاثر ہوتے رہتے ہیں۔ لہٰذا دل میں جو بات پیدا ہوئی پھیپھڑے بھی اس سے متاثر ہوتے ہیں اور عمل حب و بغض کے لئے یہ ایک خاص مقناطیسی قوت ہے۔ آپ کو تعجب ہوگا کہ ایک شخص سے ہمیں محبت یا عداوت ہے تو درست ہے ملنے کے لئے اور دشمن کو برباد کرنے کے لئے پھیپھڑوں کی کیا ضرورت ہے؟ جسمانی آلام و اسقام میں تو پھیپھڑوں کو ہم دخیل سمجھ سکتے ہیں۔ مگر خارجی کاموں میں پھیپھڑوں کا کیا کام ہے۔ ہاں حیرت واجب ہی ضروریات ہے اور ہم نے کبھی نہیں سنا اور نہ کسی کتاب میں دیکھا کہ فلاں کام [illegible]

نہیں ہوا کہ ہمارے پھیپھڑے خراب یا اس کام کے مخالف تھے۔ ناکامی کی وجہ ستاروں کی مخالفت بتائی جاتی ہے۔ مگر پھیپھڑوں کی مخالفت آج تک نہیں سنی مگر آپ یقین کریں کہ ہماری ناکامی میں جہاں ستاروں کی مخالفت کام کرتی ہے وہاں ہمارے اعضا کی مخالفت بھی کام کرتی ہے اور دوسرے عملیات میں خواہ پھیپھڑے دخیل ہوں یا نہ ہوں مگر علم النفس میں پھیپھڑوں کو بہت حد تک دخل حاصل ہے اور میں بعونہ تعالیٰ اسے ثابت کرتا ہوں یہ بات ظاہر ہے کہ جس قدر کسی شے کا خیال دل میں مستحکم ہوگا۔ اسی قدر اس شے پر اثر پڑے گا۔ اسی خیال کا نام تصور ہے۔ اعتقاد ہے۔ استقلال ہے سب دنیا اس پر متفق ہے کہ جب استقلال سے کوئی کام کیا جائے گا اس میں کامیابی ہوگی اور استقلال نام ہے مضبوطی خیال اور استحکام تصور کا۔ فقراء میں اس کا نام مراقبہ اور گیان دھیان ہے۔ اسی مراقبہ یا گیان سے روحانی درجے طے ہوتے ہیں۔ دنیا کا ہر وہ فعل اور ہر وہ حرکت جو ہم سے صادر ہوتی ہے وہ پہلے خیال میں آتی ہے۔ اگر خیال میں جم گئی تو ہم اس حرکت یا فعل کو کرتے ہیں اگر وہ خیال نہ جما تو ہم اس فعل کے فاعل نہیں ہوتے۔ خیالات تو ہوا کی لہروں کی طرح مٹتے جاتے ہیں۔ لیکن بعض خیال ایسے بھی ہوتے ہیں۔ کہ ہم ان خیالات کی تکمیل فعل سے کر لیتے ہیں۔ اور یہ وہ باتیں ہیں جن سے کوئی انکار نہیں کر سکتا۔ پھر کیا آپ کو معلوم ہے کہ کوئی خیال مستحکم ہو کر فعل میں آ گیا۔ تو اس کی وجہ کیا تھی اور کوئی خیال پیدا ہو کر حرف غلط کی طرح مٹ گیا تو اس کی وجہ کیا تھی۔ اگر آپ اس کی وجہ یہ بیان کریں کہ جو خیال پیدا ہو کر مٹ گیا وہ مصلحت کے خلاف تھا اور اس میں نقصان تھا اور جو خیال ہمارے مفید تھا وہ ہو گیا تو مشاہدہ شاہد ہے کہ دنیا میں ایک انسان بد سے بدتر فعل کر جاتا ہے اور بہتر سے بہتر چھوڑ دیتا ہے۔ اگر مفید اور غیر مفید کی وجہ مان لی جائے تو پھر دنیا میں کوئی شخص برا کام نہ کرے کیونکہ دنیا میں سب برے کام غیر مفید اور ناقص کاموں کی ہی بہتات ہے۔ بہر حال یہ تسلیم کرنا پڑے گا کہ جس کام پر آدمی کا خیال مستحکم ہو جاتا ہے۔ وہ کام کر گزرتا ہے چاہے وہ مفید ہو یا غیر مفید اب خیالات میں استحکام کس طرح ہوتا ہے۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ ہوا میں ایک مقناطیسی قوت ہے۔ جب دل میں کوئی خیال پیدا ہوتا ہے تو اس کا پھیپھڑوں پر پڑتا ہے۔ اگر وہ خیال نیک ہے اور پھیپھڑوں کی ہوا بھی صاف شفاف ہے تو دونوں مل کر خیالات اور تصورات کو مستحکم بنا دیتے ہیں اور وہ خیال فعل بن جاتا ہے۔ اگر خیال بد

ہے اور پھیپھڑوں کی ہوا بھی بد ہے تو وہ تصور مضبوط ہو کر فعل کی صورت اختیار کر لیتا ہے۔ خیال تنہا کچھ نہیں کر سکتا تاوقتیکہ پھیپھڑوں کی ہوا معاون نہ ہو اس بیان کو کسی قدر طول ہو گیا۔ مگر بغیر طول کی چارہ بھی نہ تھا۔

اب میں عمل تسخیر و محبت بیان کرتا ہوں جو مسمرائزڈ ہے اور جس کا اثر اسی طرح یقینی ہے۔ جس طرح صبح کو آفتاب کا مشرق سے نکلنا (صاف اور کھلی ہوئی ہوا میں سینہ تان کر کھڑے ہو جاؤ۔ اگر باغ کی ہوا ہو جس میں پھلوں کی خوشبو شامل ہو تو نہایت عمدہ ہے۔ پہلے منہ کے ذریعہ سے خوب ہوا اندر کی طرف بھرو اور ناک کے نتھنوں کی ذریعہ نکال دو اس میں شمسی اور قمری کی بحث نہیں ہے۔) پانچ چھ مرتبہ اسی طرح تازہ ہوا اندر بھرو اور کثیف ہوا خارج کر دو۔ اب تمہارے پھیپھڑوں کی ہوا صاف ہے۔ اب مطلوب کا خیال اپنے دل میں جماؤ اور اس کا نام لیتے ہوئے لمبی سانس اندر کو کشید کرو اور تصور یہ ہو کہ میں جس کا نام لے رہا ہوں۔ وہ میری سانس کے ساتھ میرے دل میں آ رہا ہے۔ لمبی سانس بھر کر آہستہ سے نتھنوں کے ذریعہ سے خارج کر دو۔ اسی طرح کم از کم پچیس مرتب کرو سانس اندر کھینچتے ہوئے مطلوب کا نام لو اور باہر نکالتے ہوئے نام نہ لو۔ صبح و شام تیس تیس منٹ اس عمل کو کرو) امید کرتا ہوں کہ جاندار تو آخر جاندار ہے ایک مرتبہ بے جان شے بھی متحرک ہو کر تمہارے پاس آ جائے گی۔ آپ دل میں کہیں گے کہ اس قدر آسان ترکیب اور اسقدر دشوار کام ایک دنیا حب و تسخیر کے لئے پریشان پھرتی ہے۔ برسوں ایڑیاں رگڑتی ہے۔ آخر اس معمولی عمل سے کام کیوں نہیں لیا جاتا۔ میں عرض کروں گا کہ دنیا میں یہ اسباق اور قواعد عام نہیں ہیں۔ جو لوگ علم النفس کے عامل ہیں وہ پلک مارنے میں سات قفلوں کے اندر سے مطلوب کو نکال لاتے ہیں اور اس قسم کی حکایات و روایات بکثرت کتابوں میں آپ کو ملیں گی میں مجبور نہیں کرتا کہ آپ بھی میری تحقیق سے اتفاق کریں مگر میری تحقیق یہ ہی ہے کہ یہ سب علم النفس کی گلکاریاں اور حیرت انگریزیاں ہیں۔ آپ چند الفاظ کو عمل کہتے ہیں اور اس علم میں علم النفس کا نام ہی عمل ہے۔ مجھے حروف کی تاثیرات سے انکار نہیں اور میں خدا کے پاک کلام اور مقدس نام کے اثر کا قائل ہوں۔ مگر ان مقدس عملیات کا دار و مدار بھی تزکیہ نفس پر ہی ہوتا ہے۔ جن بزرگوں نے یہ کمال حاصل کیا ہے۔ انہوں نے پہلے تزکیہ نفس ہی کیا تھا۔ اور اپنے خیال

عقیدے اور تصور کو مستحکم بنایا تھا میں یہ بھی اجازت دیتا ہوں۔ کہ جس جگہ میں نے مطلوب کا نام پڑھنے کو بتایا ہے اس کی جگہ آپ کوئی حب کا عمل بھی پڑھ سکتے ہیں۔ مگر محبوب کا تصور دل میں جمار ہے اور آنکھوں کے سامنے یہ نقشہ جمار ہے ہے کہ میری سانس کے ساتھ فلاں کھنچا چلا آرہا ہے۔

قاعدہ:

علم النفس آپ کا تصور آپ کا خیال آپ کا اعتقاد مستحکم اور غیر متزلزل ہو گیا۔ اس کا ثبوت کیا ہے اور کس طرح امتحان کیا جائے کہ آپ اپنی قوت ارادی کے مالک ہو گئے ہیں۔ اگر آپ یہ کہیں کہ کسی مطلب پر جم جانے کا نام عزم صمیم ہے تو یہ صحیح نہیں۔ تلون مزاج بھی کبھی کسی نقطے پر جم جاتے ہیں۔ یہ وقتی اور عارضی استقلال ہے۔ زیر قانون علم النفس اس کا امتحان یہ ہے کہ جب آپ کا نفس آپ کے اختیار میں آجائے تو سمجھ لیجئے کہ ہم میں خود اعتمادی اور مستقل مزاجی پیدا ہو گئی اور نفس پر اختیار پانے کے حقیقت یہ ہے کہ میں نے دوران کتاب میں جہاں جہاں ضرورت پڑی ہے۔ نفس تبدیل کرنے کی صورت بتائی ہے اور جس کی سہل اور آسان ترکیب یہ ہے کہ جس نتھنے کو بند کرنا ہو اس کو روئی سے بند کر دو۔ روئی سے بند کر کے نفس متحرک کو غیر متحرک بنانا یہ خود بے اعتمادی اور نومشقی کی دلیل ہے۔ جب آپ علم النفس کے ماہر ہو جائیں گے تو صرف اپنے ارادہ اور قوت ارادی سے اپنے نفس کو تبدیل کر لیا کریں گے۔ مثلاً آپ شمسی سر چل رہا ہے اور آپ چاہتے ہیں کہ قمری سر چلنے لگے نومشقی میں تو ترکیب یہ ہو گی کہ آپ شمسی سر کو روئی سے بند کر دیں۔ دو منٹ میں قمری سر چلنے لگے گا۔ لیکن کہنہ مشقی میں یہ حالت ہو جائے گی کہ ادھر آپ نے قمری سر کا خیال کیا اور ادھر قمری سر چلنے لگا۔ جب یہ قوت پیدا ہو جائے تو آپ سمجھ لیں کہ اب ہم استاد ہیں اپنی قوت ارادی کے مالک ہیں۔ پھر جس چیز کا خیال آپ کے دل میں پیدا ہو گا وہ ہی چیز ویسی ہی ہو جائے گی جیسی خیال کی ہے اس کا نام مسمریزم ہے اور حکماء اس درجے کو ولایت کرامت اور معجزہ کہتے ہیں۔ (میں بذاتہ کرامت اور معجزہ کو عطیہ الٰہی تصور کرتا ہوں۔) دنیوی طریق پر اس کا امتحان اس طرح کیا جا سکتا ہے کہ آپ کسی بات کے عادی ہیں۔ (مثلاً آپ کو عادت ہے کہ آپ حقہ یا سگریٹ کثرت سے پیتے ہیں۔ یا پان کثرت سے کھاتے ہیں۔ غرض کسی

شے کی ایسی عادت ہے کہ تھوڑی دیر نہ ملے تو آپ مضطرب ہو جاتے ہیں۔ یہ سب بے اعتمادی اور غیر مستقلی کی دلیل ہے۔ مستقل مزاجی اور خود اعتمادی اس کا نام ہے کہ آپ ایک دم اس عادی شے کو ترک کر دیں اور آپ کے دل میں اس کا خیال بھی پیدا نہ ہو نہ کوئی تکلیف ہو۔) بر سبیل تذکرہ میں اپنا واقعہ عرض کرتا ہوں کہ میں پان کثرت سے کھاتا ہوں۔ بچپن سے اس کی عادت ہے۔ تھوڑی دیر نہ ملنے سے میرے حواس گم ہو جاتے ہیں۔ جب میں یکم جنوری ۱۹۳۹ء میں سفر حجاز پر روانہ ہوا تو مجھے معلوم تھا کہ حجاز میں پان نہیں ملتے۔ میں نے بہت سے پان سکھا کر ایک تھیلے میں رکھ لئے تھے۔ میں بمبئی تک تو پان کھاتا رہا جب جہاز میں سوار ہوا تو خیال آیا کہ یہ پان دو چار دن رہ سکیں گے اور پھر مل نہیں سکتے۔ اس سے بہتر یہ ہے کہ جس شے کو مجبوراً چار دن کے بعد ترک کر دینا ہے آج ہی اپنی خوشی سے ترک کر دو میں نے سب پان سمندر میں پھینک دیئے اور خیال کر لیا کہ میں پان کھانے کا عادی ہی نہیں ہوں۔ سفر حجاز کے تین ماہ میں ایک پان بھی میں نے نہ کھایا اور نہ مجھے کوئی تکلیف ہوئی واپسی پر جدہ شریف میں ایک جگہ میں نے پان فروخت ہوتے دیکھے میں نے پانوں کو نظر بھر کر بھی نہیں دیکھا نہ میرے دل میں خواہش پیدا ہوئی لیکن اس قدر خامی مجھ میں رہی کہ جب واپس میں کراچی پہنچا تو پھر پان کی تمنا پیدا ہو گئی۔ حتیٰ کہ وہیں سے میں نے حسب سابق پان کھانا شروع کر دیا اگر میں ہندوستان پہنچ کر بھی اپنے ارادے میں مستقل رہتا تو مجھ میں قوت ارادی بدرجہ اتم ہو جاتی خواہش اور تمنا دل کی ایک لہر کا نام ہے مادہ ایک برقی قوت ہے جو منفی اور مثبت سے مل کر اپنی شعاع پیدا کرتی ہے۔ اب میں اس کی ترکیب بتاتا ہوں جس سے قوت ارادی پیدا ہوتی ہے جب آپ کے دل میں کوئی خیال پیدا ہو اور کسی شے کی تمنا اور جو خواہش پیدا ہو۔ لیکن آپ کو اس کام میں نقصان ہے آپ کا دل نہیں چاہتا کہ اس کام کو کریں مگر اقتضائے طبیعت سے مجبور ہیں تو اس کی صورت یہ ہے کہ شمسی یعنی داہنے نتھنے کو انگلی سے بند کریں اور قمری یعنی بائیں نتھنے سے ہوا زور سے اندر کو کشید کریں اور فوراً قمری سر کو انگلی سے بند کر کے شمسی سر سے ہوا کو خارج کر دیں۔ اور چند منٹ بالکل خاموش رہیں۔ کسی سے بات نہ کریں زیادہ سے زیادہ دس مرتبہ یہ عمل کریں یعنی قمری سے سانس اندر کو کشید کریں اور شمسی سے باہر نکالیں اب آپ دیکھیں گے کہ وہ خیال بالکل گم ہو چکا آپ بالکل مطمئن ہیں اور اس کام کے

نہ کرنے کے خیالات آپ کے دل میں جمع ہو گئے اور آپ اس کام کو قطعی چھوڑ چکے۔ اب آپ اپنے دل کو ٹٹولیں گے تو صاف نظر آئے گا کہ یہ کام مناسب نہیں۔ یہ چند منٹ کی مشق ہے جب جی چاہے اس کی آزمائش کریں اور یہ علم النفس کا خاص اثر اور کارنامہ ہے اور صرف اسی مشق سے آپ اندازہ کر سکیں گے کہ علم النفس کس قدر زبردست اور حکمتوں سے بھرا ہوا علم ہے اور اس میں کس قدر برقی قوت قدرت نے پوشیدہ کر دی ہے۔

علم النفس پر میں نے دو ایک کتابیں مفصل دیکھی ہیں۔ ان بزرگوں نے ایسے ایسے قواعد سے صفحات پُر کئے ہیں کہ میرا خیال ہے کہ شاید آج تک بھی کسی نے ان پر عمل نہ کیا ہو۔ پھر ایسے مسائل کا ذکر جن کا کرنا دشوار ہو بیکار ہے اس لئے میں نے ان مشکل مقامات کو نکال دیا۔ دوسری وجہ یہ ہے کہ میری کتاب ابتدائی طالبعلموں کے لئے ہے اور جب طالب ان مقاصد و قواعد پر حاوی ہو جائے گا تو اس کا شوق خود رہبری کر کے انتہائی مقام تک پہنچا دیں گا۔ ''شوق در ہر دل کہ باشند رہبرے در کار نیست'' اگر میری اس تصنیف کو قدر کی نگاہوں سے دیکھا گیا اور خدائے برتر و توانا اسے جامعہ قبولیت عطا فرمایا اور اہل ذوق و شوق نے نعرہ هل من مزید لگایا تو میں اس کا دوسرا حصہ بھی لکھ دوں گا جس میں گہرے نکات اور عوارضات ہوں گے۔

قاعدہ:

اپنے خیال اور عقیدہ کو مستحکم کرو دنیوی خیالات اور پریشان تصورات سے دل میں اطمینان پیدا کرو اور نہایت سکون اور آرام سے بیٹھو۔ تمہاری نشست پالتی کی ہو۔ اپنے سینہ کو ابھارو۔ خوب سیدھے ہو کر بیٹھو۔ کمر میں جھول نہ آنے دو اپنی زبان کو تالو سے خوب چسپاں کر لو۔ اور اپنے دل میں تصور کرو کہ ایک شمع جل رہی ہے۔ یہ تصور کرتے ہوئے سو مرتبہ یہ عمل دل سے پڑھو۔ (زبان تو تالو سے چسپیدہ ہے۔) نور علی نور یا نور اهدنی علی النور اس مشق اور عمل کا اثر یہ ہوگا کہ چند روز میں آپ کے دل میں وہ نور کی وسعت ہو گی کہ عرش و کرسی لوح و قلم ما کان ما یکون آپ کے دل کی وسعت میں جلوہ گر ہوں گے اور تھوڑے ہی دن میں یہ کفیت قال سے حال میں آجائے گی۔

دل کے آئینہ میں ہے تصویر یار
جب ذرا گردن جھکائی دیکھ لی

جب آپ اس مشق کو اکیس دن کر چکیں گے تو آپ دیکھیں گے کہ تسخیر آپ کے پاس ہے دست غیب آپ کے پاس ہے۔ پھر دوران مشق میں جس شے کا جس مقصد کا تصور کرو گے پلک مارتے ہی حاضر ہو گی۔

قاعدہ:

علی الصبح طلوع آفتاب کے وقت کسی اونچی جگہ یا میدان میں مشرق کی طرف منہ کر کے کھڑے ہو کر منہ سے گہری اور لمبی سانس پیٹ میں بھریں اور بعد ازاں منہ بند کر کے ناک کے راستہ سے ہوا خارج کریں۔ اس عمل کو کم از کم دس مرتبہ روزانہ کریں۔ دائمی نزلہ' درد سر اور زکام کے واسطے اکسیری علاج ہے۔ ابتدائی تپ دق اور پھیپھڑوں کے نقصان کو رفع کرتا ہے۔ بھوک کھلتی ہے۔ چہرہ کا رنگ صاف ہوتا ہے۔ اور بہت سے ضمنی فوائد حاصل ہوتے ہیں۔

قاعدہ:

ہوا کے اجزاء میں پانی اور غذا کے ذرات بھی ہوتے ہیں اور وہ جزو بدن ہو جاتے ہیں جو اصحاب جس دم کی مشق صفائی قلب کے طریق پر کرتے ہیں ان کی غذا کم ہو جاتی ہے۔ لیکن توانائی اور قوت میں اضافہ ہوتا جاتا ہے۔ چہرہ سرخ اور آنکھوں میں روشنی پیدا ہوتی ہے اور اس کی وجہ یہ ہے کہ ہوا میں جو اجزاء غذا کے شامل ہوتے ہیں وہ جوہر ہوتا ہے یعنی اس میں فضلہ نہیں ہوتا اور یہ اجزاء کلیتاً جزو بدن ہوتے ہیں۔ یہ ہی وجہ ہے کہ فقراء اور عبادت گزار اصحاب غذا کم کھاتے ہیں اور قوت زیادہ ہوتی ہے بعض اصحاب نے بطریق تجربہ صبح و شام چار چار گھنٹہ میدان یا باغ میں جا کر صاف ستھری ہوا کھائی اور چالیس چالیس دن تک کچھ کھایا پیا نہیں لیکن وہ زندہ رہے صرف اس قدر ضرور ہوا کہ ان کا وزن کم ہو گیا یعنی خون کی مقدار جسم میں کم ہو گئی لیکن ہمت اور حوصلہ تیز چستی و چالاکی میں ترقی ہو گئی۔ اور خیالات فاضلہ سے دل و دماغ خالی ہو گیا ان کا جسم ایک نور کا پتلا بن گیا۔

قاعدہ:

دل کی دھڑکن سے ایک باریک آواز پیدا ہوتی ہے جو ہم سن نہیں سکتے بعض بزرگوں کا قول ہے کہ یہ آواز گھڑی کی آواز کی طرح ہوتی ہے۔ لیکن دیگر آوازوں کی طرح مہمل اور بے معنی نہیں ہے بلکہ بامعنے ہے اور اس میں قدرت کے اسرار کا اظہار ہوتا ہے۔ بعض اصحاب کا بیان ہے کہ الو جو ایک پرندہ ہے وہ خاص طریق پر بولتا ہے جس میں قدرت کے اسرار نمایاں ہوتے ہیں اور یہ بہت مشہور ہے اور الو پرندے کے متعلق بہت سے افسانے مشہور ہیں۔ واللہ اعلم ان کی کیا حقیقت ہے لیکن الو کے آوازوں کی حقیقت کچھ ہو یا نہ ہو مجھے اس سے بحث نہیں اگر آپ اسرار باطنی کی آواز سننا چاہتے ہیں تو خود آپ کے دل کی آواز قدرت کا گراموفون یا آلہ بکر الصوت ہے دل کا کنکشن اسرار قدرت اور گنجینہ فطرت سے ملا ہوا ہے۔ اگر آپ کو عالم باطنی کے افسانے سننے کا شوق ہے تو آپ الو میں تلاش کیوں کرتے ہیں۔ خود اپنے دل کی آواز سنیں۔ (آپ کا دل قدرت کا مکمل باجہ ہے اس کی صورت یہ ہے کہ اپنے دونوں کانوں کے سوراخوں کو روئی سے مضبوط کر لیں تاکہ بیرونی آواز مطلق سنائی نہ دے اور ایک گوشہ میں سر جھکا کر بیٹھ جائیں مگر بالکل ساکن و ساکت ہو کر بیٹھیں اور اپنے دل کی طرف توجہ کریں۔ منہ سے لمبی سانس زور سے سینہ میں بھریں اور ناک کے ذریعہ خارج کریں۔ چند دن کی مشق میں دل کی دھڑکن کی آواز آپ کے کانوں میں آنے لگے گی۔ پھر چند یوم کے بعد مکھی جیسی آواز کا احساس ہونے لگے گا۔ پھر چند دن کے بعد آپ تلفظ سمجھنے لگیں گے۔ پھر صاف اور واضح باتوں کی آواز آپ کے کانوں میں آنے لگیں گی اور جو کچھ عالم باطن میں ہو رہا ہے آپ وہ ہی دل سے من وعن سننے لگیں گے۔ اور وہ اس طرح ہے کہ عالم باطن کی مکالموں کو دل کی مشین جذب کرتی ہے اور وہ ہی دہراتی ہے۔ جو عالم غیب سے جذب کیا ہے۔ مگر ہم دنیا کی ہاؤ ہو میں اس سن نہیں سکتے۔ اگر آپ اس کی مشق کریں گے تو چند یوم میں آپ کا دل وہ سب کچھ سنا دیا کرے گا جو عالم غیب میں ہو رہا ہے۔) دل کی آواز بتدریج بامعنے ہو جاتی ہے۔ بعض اصحاب نے ان آوازوں کی مفصل کیفیت بیان کی ہے مگر میں اسے سوائے لطف سخن کے اور کچھ وقیع نہیں سمجھتا مجھے صرف اسی قدر تحقیق ہے کہ ابتدا میں آواز مکھی کی آواز کی طرح آتی ہے اور بتدریج بامعنے بنتی جاتی ہے جو صاحب اس مشق کو کریں ان

کو لازم ہے کہ جب غیب کی خبریں ان کو ملنے لگیں تو اس کا ذکر کسی سے نہ کریں ورنہ نقصان پائیں گے بس خود ہی لطف اندوز ہوں اور دنیا کے اسرار پر واقف ہوتے رہیں اور یہ ایک ایسا لطف ہے کہ اس کا عامل دنیا کی باتوں سے بے نیاز ہو جاتا ہے اور جب وہ عامل بن جاتا ہے تو کانوں کو بند کرنے کی بھی ضرورت نہیں رہتی پھر ہر وقت دل کی آواز سنائی دیتی رہتی ہے۔

قاعدہ:

حبس دم کی ابتداء میں عامل پر نیند کا غلبہ ہوتا ہے۔ اور جب وہ تصور میں محو ہوتا ہے تو نیند کے جھونکے آتے ہیں یہ حقیقت میں نیند نہیں ہوتی بلکہ سکون اعضاء کا ایک کیف ہوتا ہے۔ نیند تو قدرت نے ایک معینہ وقت پر رکھی ہے۔ آپ نے اکثر تجربہ کیا ہوگا کہ آپ آنکھیں بند کئے لیٹے ہیں اور ایک نیم بے ہوشی طاری ہے۔ آپ باتوں کی آواز سن رہے ہیں آنے جانے والے کے پاؤں کی چاپ سنتے ہیں مگر بظاہر سو رہے ہیں۔ اس کو حقیقت میں نیند نہیں کہہ سکتے بلکہ سکون اعضاء ہے۔ چونکہ حبس دم کی مشق اور تصورات کے پختہ کرنے میں اعضاء کو بے حد سکون حاصل ہوتا ہے۔ اس لئے خواب کی سی کیفیت طاری ہو جاتی ہے۔ لیکن یہ کیف ابتدا میں ہی ہوتا ہے۔ چند روز کے بعد یہ طاقت بدل جاتی ہے اور آپ مشق میں بالکل ہوشیار رہ سکتے ہیں۔ متصوفین نے ان مقامات کو چند روز چند تقاسیم سے ایسا لاینحل مسئلہ بنا دیا ہے اور میں اسے کوئی وقیع نہیں سمجھتا۔ یہ تقاسیم کیا ہیں ان کو میں ایک واضح مثال سے بیان کرتا ہوں۔

ہم کو ایک مقام سے دوسرے مقام تک جانا ہے اور درمیان میں فاصلہ مثلاً دس میل کا ہے۔ اب ایک مسافر چلا اور مقام مقصود کو پیش نظر رکھ کر راستہ طے کرنا شروع کر دیا۔ راستے میں پل بھی ملے عمارتیں بھی ملیں سڑک کے موڑ بھی ملے۔ درخت بھی ملے غرض کہ چند در چند مقامات ملے مسافر سب کو طے کرتا ہوا منزل مقصود پر جا رہا ہے۔ کتابوں کے مولفین نے کیا کام کیا ہے کہ اس راستہ کے ہر ہر قدم کا نشان دیا ہے۔ کہ فلاں جگہ عمارت ہے۔ فلاں جگہ پل ہے۔ فلاں جگہ فلاں درخت ہے اور فلاں جگہ فلاں درخت ہے۔ اس سے سوائے طول کلام کے راہرو کو کوئی خاص فائدہ نہیں۔ البتہ اس کی ضرورت ہے کہ اس راستہ کے دو چار مقامات کے پتے دیئے جائیں تاکہ مسافر منزل مقصود پر سیدھا چلا جائے اور راستے میں بھٹکے نہیں اس کی کیا ضرورت ہے کہ ہم ہر نشان راہ

اور ہر قدم کے فاصلہ کو بتائے جائیں۔ قدم قدم کا نشان بتانا سوائے طول کلام کے کوئی مفید نہیں جب عامل حبس دم کی مشق شروع کرتا ہے تو جو علامات ابتداء میں ظاہر ہوتی ہیں ان پر خود ہی عبور کرتا چلا جاتا ہے۔ اصل شئے علم النفس میں حبس ہے۔ جب آپ اپنی سانس کے روکنے پر قادر ہو جائیں گے وہ سب کیفیات سامنے آنا شروع ہو جائیں گی۔

قاعدہ:

حضرت شیخ سعدی علیہ الرحمتہ نے گلستان میں ایک شعر تحریر فرمایا ہے جو یہ ہے:

ازاں مار برپائے رائی زند
کہ ترسد سرش را بکوبد ز جنگ

یعنی سانپ اس لئے پاؤں میں کاٹتا ہے کہ اس کو اس بات کا خوف ہے کہ کہیں یہ میرا سر نہ کچل دے۔ اگر سانپ کے دل میں اپنے مارے جانے کا خوف نہ ہو تو پھر وہ بھی کسی کو مارنے کی سعی نہ کرتا۔ اس شعر میں علم النفس کے قاعدے تصدیع (اہنسا) کا ذکر ہے۔ جس سے یہ مراد ہے کہ کسی کو تکلیف نہ دو۔ جب آپ کسی کو تکلیف نہ دیں گے وہ بھی آپ کو تکلیف نہ دیں گا اسی قانون کے ماتحت ہم دیکھتے ہیں کہ بعض بزرگوں کو سانپ سے شیر سے اور دیگر درندوں سے کوئی خوف نہیں ہوتا۔ اور نہ وہ ان سے خوف کھاتے ہیں۔ آپ یہاں شاید یہ اعتراض پیدا کریں کہ مثلاً شیر کسی کو جذبہ خوف یا انتقام کے ماتحت نہیں پھاڑتا بلکہ وہ اپنی غذا کے لئے پھاڑتا ہے۔ اس اعتراض کا جواب میرے بیان میں آجائے گا۔ ایک سانپ آرہا ہے ہمیں اس کے مارنے کی ضرورت نہیں لیکن وہ خوفزدہ ہے تو اس کے خوف کو ہم کس طرح دور کریں اور کس طرح اس کے دل میں ڈال دیں کہ ہم تیرے دشمن نہیں بلکہ دوست ہیں۔ اس کے لئے آپ کو یہ تسلیم کرنا پڑے گا کہ حیوانات میں اپنے دوست اور دشمن کا احساس ہے۔ ایک پرندے اپنے ہم جنس اور غیر مکلف پر سے خوف نہیں کرتا۔ مگر جو پرندے اس کے کھا جانے والے ہیں ان کی صورت دیکھ کر آڑ جاتا۔ جس کے یہ معنے ہیں کہ حیوانات میں احساس ہے اور مسمریزم کے قواعد نے یہ مسئلہ حل کر دیا۔ کہ انسان اپنے خیالات کا اثر دوسروں پر ڈال سکتا ہے اور اپنے خیال سے دوسروں کو متاثر کرسکتا ہے۔ مسمریزم میں جن اصحاب کی مشق بڑھی ہوئی ہے وہ اکیلے تمام انجمن اور محفل کو موثر کرد۔

ہیں۔ جب آپ قاعدہ تصدیع کی مشق شروع کریں گے تو آپ میں اس قدر قوت پیدا ہو جائے گی کہ آپ ہر عاقل اور لایعقل کو موثر کر سکیں چونکہ آپ قاعدہ تصدیع پر عامل ہو رہے ہیں اور آپ کے قلب میں رحم کے جذبات پیدا ہو چکے ہیں۔ اس لئے جو خونخوار اور آپ کا دشمن سامنے آئیں گا۔ آپ اپنی برقی قوت سے اس کو اپنے اوپر رحیم بنا سکیں گے۔ اب نہ شیر آپ کو ستائیں گا نہ سانپ کاٹے گا بلکہ سب آپ کے دوست بن جائیں گے۔

تصدیع یعنی اہنسا (کسی کو تکلیف نہ دینا) اس کا قاعدہ یہ ہے کہ اول تو ظاہری طریق پر اپنے آپ کو دوسروں کی تکلیف دینے سے روکیں۔) ہاتھ سے زبان سے غرضیکہ ہر ہر عضو سے یہ حرکت نکال دیں جس سے کسی کے دل کو تکلیف پہنچے۔ اور مختصر طریق پر یہ کہ قصد کر لیں کہ میں کسی کو تکلیف نہیں دوں گا چاہے وہ میرا دشمن ہی ہو۔ ظاہر کا اثر باطن پر پڑتا ہے۔ اور زیر علم النفس اس کی مشق کا قاعدہ یہ ہے کہ آپ بستر پر خوب آرام سے لمبے ہو کر لیٹ جائے۔ شمسی سر کو روئی سے بند کر لیجئے اور قمری سُر کو جاری کیجئے اور منہ کے ذریعے سے ایک لمبی اور گہری سانس سینہ میں بھرے اور قمر سُر کے ذریعے سے آہستہ آہستہ باہر کو نکالئے۔ اس کا لحاظ رہے کہ سانس اندر کی طرف کشید زور سے کریں اور باہر آہستگی سے نکالیں۔ (قمری سُر سے) اور تصور کریں کہ میں ظلم، ستم، زور اور تصدیع کو اپنے قلب سے باہر نکال رہا ہوں۔ یہ مشق روزانہ تمیں منٹ کیجئے اس مشق میں ایسا سکون اور اطمینان حاصل ہوتا ہے کہ آپ اس ذوق میں خود ہی بہت دیر تک مشق کرتے رہیں گے۔ چند روز میں آپ کا دل اس قدر صاف ہو جائے گا کہ دنیا میں کسی کی طرف سے آپ کے دل میں غصہ اور کاوش نہ رہے گی ہر شخص کے واسطے آپ کے دل میں رحم ہوگا۔ اب جو شخص اور جو حیوان آپ کو دیکھے گا وہ آپ کے قلبی رحم سے متاثر ہوگا اور خود اس کے دل میں جذبات رحم پیدا ہو جائیں گے اور آخرکار یہ اثر یہاں تک بڑھے گا کہ آپ کے سامنے بھیڑ اور بکری، سانپ اور رسی برابر ہوں گے۔

قاعدہ:

روزہ کسی نہ کسی صورت میں تقریباً تمام مذاہب میں پایا جاتا ہے اور اسلام نے تو اسے فرائض میں داخل کیا ہے اور اس کی تکمیل کی بہت ہی تاکید کی ہے۔ علمائے اسلام نے جو وجوہ

فرضیت روزہ کے بیان کئے ہیں کچھ بھی مجھے اس میں یارائے دم زدن نہیں۔ تاہم میں اس قدر عرض کروں گا کہ یہ دلائل اور براہین کمزور ہیں۔ مثلاً روزے کا ایک فلسفہ یہ بیان کیا جاتا ہے کہ روزہ سے بھوک اور پیاس کی قدر معلوم ہوتی ہے اور اس سے غرباء اور فقراء کی ہمدردی کا جذبہ پیدا ہوتا ہے۔ کیونکہ مصیبت زدہ کی قدر وہ ہی شخص خوب جانتا ہے جو خود کسی مصیبت میں گرفتار ہو چکا ہو۔

"ولی را ولی مے شناسد"

اس پر یہ اعتراض پیدا ہوتا ہے کہ اگر اس وجہ کو تسلیم کر لیا جائے تو پھر تقاضائے عدل یہ تھا کہ روزہ صرف امراء اور رؤساء پر فرض ہوتا۔ وہ لوگ جو بے رمضان شریف کے بھی آئے دن فاقے میں مبتلا رہتے ہیں' ان پر روزہ فرض نہ ہوتا۔ کیونکہ وہ بے رمضان شریف کے بھی بھوک اور پیاس کی قدر و عافیت سے روشناس ہوتے رہتے ہیں۔ باوجودیکہ فرضیت روزہ میں امیر و غریب کی تخصیص نہیں۔ روزہ ہر مسلمان مرد اور عورت پر فرض ہے۔ دوسری وجہ روزے کی یہ بتائی جاتی ہے کہ روزے سے فاسد خون جسم کا خشک ہو جاتا ہے اور سال بھر میں جو خون کی زیادتی ہو گئی تھی وہ روزوں کے سبب سے پھر درجہ اعتدال پر آ گئی۔ اس دلیل میں بھی وہ ہی خرابی ہے کہ ایسی حالت میں روزہ ان لوگوں پر ہی فرض ہوتا جن میں خون کی زیادتی ہے۔ حالانکہ غرباء میں خون کی مقدار بڑھتی ہی نہیں۔ ان کی وہ غذائیں اور عیش و عشرت نصیب ہی نہیں جو خون بڑھانے میں ممد و معاون ہو۔ اس قسم کی تاویلات اور تفسیرات کوئی حسن پیدا نہیں کرتیں ایسی قسم کے احکام میں سیدھی سادھی بات یہ ہے کہ حکم حاکم میں کوئی سبب خاص نہیں ہوتا اور جو ہو تو ملازم یا غلام کو دریافت کرنے کا منصب حاصل نہیں۔ بس روزہ حکم احکم الحاکمین ہے۔ اگر کوئی خوبی اس میں معلوم کی جائے تو اس سے غرض تصفیہ باطن اور ذکاوت عقل ہے۔ اگر روزہ میں حبس دم کی مشق کی جائے تو طلب بہت جلد عروس مقصود سے ہمکنار ہو جاتا ہے۔

قاعدہ:

آفتاب طلوع ہونے سے کم سے کم ایک گھنٹہ قبل بستر خواب سے اٹھ جاؤ۔ ضروریات سے فارغ ہو کر اور اگر غسل ممکن ہو تو غسل کر کے ورنہ منہ ہاتھ دھو کر (اگر مسلمان ہو تو وضو کر کے) اپنی

مذہبی عبادت کرو۔ لیکن یہ سب کام طلوع آفتاب سے آدھ گھنٹہ قبل ختم ہونا ضروری ہیں۔ اب نہایت اطمینان اور سکون سے مشرق کی طرف منہ کر کے پالتی مار کر بیٹھ جاؤ اور اپنے شمسی سُر کو جاری کرو۔ آنکھیں بند کر کے یہ تصور کرو کہ آفتاب طلوع ہو رہا ہے۔ تمہارے خیال میں طلوع آفتاب کا اس قدر نمایاں ہو جائے کہ گویا آفتاب طلوع ہو رہا ہے حالانکہ ابھی آفتاب طلوع ہونے میں دیر ہے۔ یہ مشق اس وقت تک کرو کہ آفتاب طلوع ہو جائے بس مشق ختم ہو گئی۔ چند روز کی مشق میں (اکیس یوم تک) آپ کے چہرہ پر جلال' روشنی سرخی پیدا ہونا شروع ہو جائے گی۔ آنکھیں سرخ اور بارعب ہو جائیں گی اور بادشاہوں جیسا رعب تم میں پیدا ہو جائے گا۔ ہر شخص آپ کے سامنے کمزوری کا اظہار کرے گا اور لوگوں کے دلوں میں آپ کی وقعت پیدا ہو گی۔ اس مشق میں اس قدر قوت ہے کہ آخر میں ایسا شخص اکثر آنکھیں بند کئے رہتا ہے یا منہ پر نقاب ڈال لیتا ہے کیونکہ اس کے نظارہ سے آنکھیں چندھیا جاتی ہیں۔ کوئی اس کی طرف نظر بھر کر نہیں دیکھ سکتا۔ ایسا شخص اپنی آنکھوں سے آگ لگا سکتا ہے۔ لیکن واضح رہے کہ اس عمل میں گرمی بہت ہوتی ہے۔ اس قاعدہ کی مشق کرنے والا سخت سردی میں بھی کپڑا نہیں پہن سکتا۔ میں نے لاہور میں ایک فقیر کو دیکھا کہ وہ سخت سردی میں بھی برہنہ رہتا تھا اور قطرات عرق اس کے چہرہ پر ہوتے تھے۔ اس کی آنکھوں میں جلال تھا اور جسم نہایت قوی تھا لوگ کہتے تھے کہ اس نے کوئی کشتہ کھایا ہے مگر حقیقت میں وہ طلوع آفتاب کی مشق کیا کرتا تھا۔ لیکن عامل کو لازم ہے کہ جب جسم میں حرارت پیدا ہو جائے تو اس مشق کو چند دن کے لئے روک دے۔ ترک کر دینے سے حاصل شدہ طاقت میں کمی نہیں آئے گی۔ اگر جسم میں حرارت پیدا ہونے کے بعد بھی مشق جاری رکھے گا تو خوف' جنون و دیوانگی ہے۔

سُبحَانکَ لَا عِلمَ لَنَا اِلَّا مَا عَلَّمتنا اِنَّکَ اَنتَ العلیمُ الحکیمo

میں نا منصف اور احسان فراموش ہوں' اگر میں اپنے محترم و مکرم جناب اسد علی صاحب قبلہ مدظلہ العالی کا ذکر آخر کتاب میں نہ کروں اور ان کا شکریہ ادا نہ کروں۔ میرے کرم فرمانے ہر موقع پر میری بیش بہا امداد کی ہے اور زبانی نہیں بلکہ جب مجھے مجبور اور حیران دیکھا سینکڑوں روپے سے میری امداد کی۔ اس کتاب کا مسودہ تیار تھا لیکن جنگ کے سبب سے کاغذ اس قدر گراں

تھا کہ میں اس کی طباعت کا انتظام نہ کر سکتا تھا۔ میرے محترم نے مبلغ ایک سو روپے نقد عطا فرما کر مجھے اس قابل بنادیا کہ میں اس کتاب کو طبع کرا کر آپ کے سامنے پیش کروں۔ (اسی طرح ہر ہر قدم پر ان محترم نے امداد کی ہے۔ ایزد تعالیٰ آپ کو آپ کی اہلیہ محترمہ کو آپ کے بال بچوں کو آپ کی تجارت کو عزت کو دولت کو ابدلآباد تک قائم رکھے۔ یہ کتاب اس وقت بھی کسی اللہ کے بندے کے زیر مطالعہ ہوگی جب شفق زمین کے نیچے خاک بھی ہو چکا ہوگا۔ لیکن اے پڑھنے والے اللہ کے واسطے شفق کے لئے دعا مغفرت کر اور میرے محسن جناب اسد علی صاحب قبلہ کے حق میں بھی دعائے خیر کر (قبلہ اسد علی صاحب کا وطن تو سورت ہے مگر آپ کے والد محترم کا کاروبار ملک سیام میں تھا۔ آپ نے سیام میں ہی پرورش پائی اور اسی جگہ مستقلاً بودوباش ہے۔ گویا اب سیام ہی وطن ہے)۔

وآخر دعوانا ان الحمد للّٰہ رب العلمین والصّلوٰۃ والسلام علیٰ رسولہ الامین وآلہ الطاھرین و اصحابہ المکرمین برحمتک یا ارحم الراحمین

الحمدللہ کہ آج چار ماہ کی دماغ سوزی اور شب بیداری کے بعد آج ۲۸ ماہ اکتوبر ۱۹۴۱ء مطابق ۶ شوال المکرم ۱۳۶۰ھ روز سہ شنبہ وقت سوا دس بجے دن کے بعونہ تعالیٰ یہ کتاب ختم ہوئی۔ تاریخ کی بھی فکر تھی جو اندک تامل سے عالم غیب سے عطا ہوئی۔ قطعہ تاریخ:

نفوس قدس کے ہیں اس میں اسرار — ضیا پاشی میں ہے یہ رشک خورشید

شفق تھا سرنگوں از بہر تاریخ — وہیں ہاتف پکارا باغ جمشید

۱۳۶۰ھ

(فقیر الحاج مرزا محمود علی شفق ریاست رامپور، کوچہ لنگر خانہ)

عملیات وتعویزات کی شہکار کتب

ناشران وتاجران کتب
اردو بازار لاہور
Ph # 042-7660736
تقسیم کار شیخ محمد بشیر اینڈ سنز
TITLE DESIGN BY AMIR